

Merluza con salsa de naranja y chips de espinacas y yuca

Ingredientes

(Para 2 personas):

Para la salsa:

- - 1 cebolla mediana confitada
- - 1 cucharada de mantequilla
- - 2 cucharadas de miel
- - El zumo de 6 naranjas sanguina

Para el plato:

- - Yuca (aprox. 8 rodajas finas)
- - 3 hojas de espinacas
- - 1 manzana golden
- - Aceite de oliva suave
- - Sal y pimienta

El chef **Solomon Tabisaura**, al frente de los fogones del [Viana](#) advierte que este es un plato muy fácil y que reúne todos los sabores e ingredientes para triunfar. En este pequeño y casero restaurante, junto a la plaza Real de Barcelona, la merluza fresca se cocina así.

Preparación:



- Freímos la merluza en una sartén con un chorrito de aceite. Salteamos primero el lado de la piel para lograr que quede crujiente y dorada y que no se rompa. Salteamos el pescado unos dos minutos por lado.



- Colocamos otra sartén en el fuego y echamos la salsa elaborada con la cebolla confitada, la mantequilla, la miel y el zumo de naranja.



- Le añadimos el pescado y lo cocemos durante un minuto aproximadamente, removiéndolo de vez en cuando.



- Para glasear la manzana, la cortamos y la introducimos en el horno con mantequilla durante unos 15 minutos a 160 grados.

Emplatado:

- Colocamos un lecho de manzana glaseada y, encima, disponemos la merluza regada con una cucharada de la salsa.



- Para decorar y acompañar el plato, podemos elaborar unos chips de espinacas y yuca. En una sartén con aceite de oliva muy caliente, introducimos las hojas de espinacas durante sólo unos 5 segundos. Lo retiramos y lo reservamos en papel de cocina para que absorba el aceite y quede crujiente. Hacemos lo mismo con la yuca cortada bien fina.



- Para embellecer el plato y darle un toque de color, podemos añadir un coulis de frutos rojos y pétalos de rosa, además de un puñado de eneldo o salvia.