

Receta Cepesca:

Receta: Salpicón de marisco con congrio



Ingredientes:

- 1 kg. de congrio (que nos lo limpien en la pescadería y las sobras para congelar)
- 1 pata de pulpo cocida
- 300 gr. de langostinos cocidos
- 300 gr. de mejillones pelados cocidos
- 1 paquete de palitos de cangrejo
- 1 pimiento rojo
- 1 pimiento verde
- 1 cebolla
- 1 tomate maduro
- Vinagre
- Aceite de oliva virgen extra

Preparación:

En una olla echamos el congrio, llenamos de agua que lo cubra justo por encima, con sal. En 10 minutos estará, probamos, si está soso le añadimos un poquito de sal. Lo escurrimos, lo dejamos enfriar y lo cortamos en daditos gruesos. (Si nos ha sobrado algo del congrio, podemos congelarlo para un fumet de pescado).

Empezamos ahora nuestro salpicón: Limpiamos, pelamos y picamos lo máximo posible todas las verduras. Y lo echamos en un bol grande. Echamos un buen chorro de aceite de oliva virgen extra y un buen chorro de vinagre. Removemos bien. Añadimos los daditos de congrio, el pulpo, los mejillones y los palitos de pescado previamente picados y volvemos a remover. Si vemos que está todo un poco soso, añadimos una pizca de sal, más aceite y más vinagre. Listo para comer.

Sobre CEPESCA

Cepesca es la organización empresarial de ámbito nacional más representativa de la Unión Europea y agrupa a 36 asociaciones de armadores de buques de pesca tanto de bajura como de altura, con 750 empresas pesqueras, 815 buques, cerca de 10.000 tripulantes y un tonelaje de arqueo de 212.361,58 GTs. Entre sus objetivos, la Confederación persigue mejorar la competitividad de las empresas pesqueras, apostar por la formación de las tripulaciones y el relevo generacional, promover el desarrollo de una pesca responsable y sostenible y luchar contra la pesca ilegal. Para conocer más, visita www.cepesca.es