CANALONES DE PESCADO

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: *Juan Neira Dura*

Tiempo: 1 hora
Dificultad: Intermedia
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Tradicional
Coste: Medio

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 12 PLACAS DE CANALONES
- 1/2 KR de PESCADO BLANCO PESCADILLA I MERLUZA
- 1/4 de GAMBAS
- 2 YEMAS DE HUEVO
- 2 CUCHARADAS de HARINA
- 1 CEBOLLA
- 1 DIENTE DE AJO
- 1 HOJA de LAUREL
- 1 PIMIENTON
- 1 ACEITE DE OLIVA
- 1 QUESO RALLADO
- 1 SAL

Preparación:

Paso 1

CUECE EL PESCADO LLEVA A EBULLICION 1/4 DE AGUA CON LA CEBOLLA Y EL AJO PELADOS Y TROCEADOS EL LAURELY SAL, INCORPORA EL PESCADO LAVADO CUECELO 5 MINUTOS Y ESCURRELO RESERVANDO EL CALDO

Paso 2

SALTEA LAS GAMBAS LAVA LAS GAMBAS Y SALTEALAS EN 2 CUCHARADAS DE ACEITE RETIRALAS Y SEPARA LA CABEZA INCORPORA ESTAS ULTIMAS DE NUEVO A LA SARTEN Y ESPOLVOREALO CON PIMIENTON VIERTE EL CALDO CUECE 5 MINUTOS Y PASA LA MEZCLA POR EL CHINO PELA LAS GAMBAS Y LIMPIA EL PESCADO Y TRONCEALOS

Paso 3

PREPARA LA BESAMEL HIDRATA LOS CANALONES SIGUIENDO LAS INDICACIONES DEL ENVASE REHOGA LA HARINA EN 2 CUCHARADAS DE ACEITE AÑADE LA LECHE Y EL CALDO Y CUECE A FUEGO LENTOY REMOVIENDO HASTA QUE ESPESE PRECALENTA EL HORNO A 180 º

Paso 4

RELLENA LOS CANALONES MEZCLA EL PESCADO Y LAS GAMBAS CON LAS YEMAS Y UNAS CUCHARADAS DE BESAMEL RELLENA LOS CANALONES PONLOS EN UNA FUENTE REFRACTARIA Y CUBRELOS CON LA BESAMEL RESTANTE ESPOLVOREALOS CON QUESO Y HORNEALOS 10 MINUTOS GRATINALOS Y SIRVELOS