|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Semana 3: Tilapia al Papillote (2 porciones)* | | | |
| *Espacio para foto del plato* | | ***TIPO:*** | *Entrada* |
| ***TÉCNICA:*** | *Crudo* |
| ***TEMPERATURA:*** | *Fría 5°C* |
| *INGREDIENTES:* | ***ELABORACIÓN:*** | | ***UTENSILIOS:*** |
| 0,200 kg Tilapia en filete (100 g x porción)  0,03 kg mantequilla s/s (margarina)  0,1 L fondo de vegetales (agua)  0,1 kg papas cholas (cualquier papa)  0,040 kg apio  0,060 kg zanahoria  0,060 kg pepinillo (opcional)  Sal y pimienta negra molida  *Gremolata*  0,005 kg ajo  1 U limón sutil  0,010 kg perejil  Sal y pimienta  2 m papel aluminio o papel encerado | 1. Cortar 2 hojas de papel, lo suficientemente grandes para envolver todos los ingredientes. Pintar ligeramente con mantequilla. 2. Cortar todos los vegetales en juliana y las papas en rodajas finas 1 a 2 mm 3. Mezclar el fondo en una olla y blanquear los vegetales por separado (apio, papas y zanahorias) en esta mezcla, hasta suavizar. Colar el líquido y mezclar con el pepinillo. 4. Colocar una cama de vegetales (150 a 180 g) sobre el centro de una hoja de papel. Colocar sobre esta una porción de pescado. Colocar sobre esto una cucharita de Gremolata y espolvorear con pimienta negra molida. 5. Cerrar con la otra hoja herméticamente y reservar hasta cocinar. 6. Para cada servicio colocar un paquete en una fuente para horno y cocinar en un horno precalentado a 218°C (425°F) por 7 minutos. El empaque debe hincharse y dorarse. 7. Servir inmediatamente, de preferencia cortar frente al cliente.   *Gremolata*   1. Picar el ajo muy finamente, rallar la cáscara de limón y naranja, picar el perejil finamente, mezclar todo con sal y pimienta. Reservar. | | * Cuchillo * Tabla verde / azul * Bowls * Olla * Colador * Cuchareta * Cuchara * Lata de horno * Pinza * Rallador de vegetales |
| Acabado y presentación: | 1. Colocar en un plato precalentado y cortar frente al cliente | | * Plato redondo 27 cm |
|  | | | |
| Fuente: Adaptado de Professional Chef 9th edition. Pág. 553 | | | |