|  |
| --- |
| *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 apio0,060 kg zanahoria0,060 kg pepinillo (opcional)Sal y pimienta negra molida *Gremolata*0,005 kg ajo1 U limón sutil0,010 kg perejilSal y pimienta2 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 |