|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Semana 4: Camarones Apanados con aceite de hierbas y Puré de Yuca* | | |
| *Espacio para foto del plato* | ***TIPO:*** | ***PLATO FUERTE*** |
| ***TÉCNICA:*** | ***Apanado / Fritura Profunda / Puré*** |
| ***TEMPERATURA:*** | ***CALIENTE*** |
| *INGREDIENTES:* | ***ELABORACIÓN:*** | ***UTENSILIOS:*** |
| Camarón apanado  0,200 kg camarones pelados (pescado cualquiera)  0,125 kg harina  2 unid huevos  0,2 kg maizabrosa (solo harina)  0,5 L aceite vegetal  Aceite de hierbas  0,05 kg albahaca (cualquier hierba verde)  0,05 kg perejil (cualquier hierba verde)  0,05 kg cilantro (cualquier hierba verde)  0,25 L aceite de canola (cualquier aceite)  Sal pimienta  Puré de Yuca  0,4 kg yuca (papa, camote)  0,25 L leche (agua)  0,005 kg ajo  1 limón ralladura y zumo  sal y pimienta | 1. Limpiar los camarones y condimenta con sal y pimienta. Armar una línea de apanadura y condimentar el huevo con sal y pimienta. Apanar y reservar. 2. Freír los camarones hasta dorar unos minutos antes de servir a 170°C. Retirar el exceso de aceite. 3. Para el aceite, blanquear todas las hierbas deshojadas por 15 segundos, enfríar y secar. Licuar muy bien con el aceite, sal y pimienta, colar y reservar. 4. Para el puré de yuca: Cocinar hasta suavizar la yuca en leche con el ajo, agregar sal pimienta, y ralladura de limón (si se quiere también el zumo) Hacer un puré. | Bowls  Balanza  Tabla Azul / Tabla verde  Licuadora  Olla de acero inoxidable con tapa  Batidor de varillas  Pasapuré  Sartén de teflón mediano.  Platos montaje |
| Observaciones / Recomendaciones: |  |  |
| *Fuente: Recetario Chef Alfredo Salazar* | | |