|  |
| --- |
| *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 vegetalAceite 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 zumosal 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.
 | BowlsBalanzaTabla Azul / Tabla verdeLicuadoraOlla de acero inoxidable con tapaBatidor de varillasPasapuréSartén de teflón mediano.Platos montaje  |
| Observaciones / Recomendaciones: |  |  |
| *Fuente: Recetario Chef Alfredo Salazar* |