



LE CORDON BLEU®
MADRID

Lubina con salsa de azafrán a la sidra y verduras de temporada

Lubina

1 lubina de 1,2 kg

Salmuera

1 l de agua
20 g de alga kombu seca
30 g de sal

Fumet

Espinas y cabezas de la lubina
2 dientes de ajo
100 g de cebolla
50 g de puerro
C.S. de aceite de oliva

Salsa

2 dientes de ajo
1 cebolleta fresca
20 g de concentrado de tomate
C.S. de sidra
C.S. de azafrán
C.S. de fumet
C.S. de yema de huevo

Verduras

100 g de calabacín verde y amarillo
200 g de pimiento rojo
100 g de cebolleta fresca pequeña

Acabado / presentación

Brotes variados
Polvo de aceituna negra de Aragón

Progresión

Lubina:

- Eviscerar y filetear el pescado. Desespinar y racionar.
- Elaborar un fumet con las espinas.
- Introducir la ración de lubina en la salmuera durante 1h aproximadamente (el tiempo varía según calibre).

Salmuera:

- Mezclar todos los ingredientes hasta que se diluya la sal y reservar en frío.

Salsa:

- Dorar los ajos en una pequeña cantidad de aceite hasta que adquieran un ligero toque dorado. Añadir la cebolleta fresca y rehogar. Continuar con el concentrado de tomate y la sidra, dejar reducir. Añadir el fumet.
- Terminar con el azafrán. Hervir y triturar el conjunto.
- Reducir hasta poner a punto. Se podría terminar también ligando con yema de huevo.

Verduras:

- Realizar láminas con los calabacines. Escaldar y refrescar en agua y hielo.
- Asar el pimiento. Pelar y despepitar. Cortar al gusto.
- Cocer la cebolleta a la inglesa. Refrescar y cortar en gajos.
- Regenerar las verduras antes de emplatar.

Acabado /presentación:

- Terminar la lubina según el método de cocción seleccionado, salsear y guarnecer de manera aleatoria con las diferentes verduras. Terminar con el polvo de aceituna.

Si todavía tienes dudas o ya has decidido comenzar con tu proceso de admisión,
¡haz clic en los siguientes enlaces y contacta con nosotros!



+34 661483009



admisiones@cordobleu.edu



[Le Cordon Bleu - Proceso de admisión](#)

Consulta también nuestros Cursos Cortos: para los más *petits*, en pareja o
en versión monográfico



LE CORDON BLEU®
MADRID