

Sopa de pescado tradicional

INGREDIENTES: Para 4 personas: 1 cola de rape, 12 mejillones, 12 almejas, 2 calamares limpios, 20 gambas, cabezas de pescado para el caldo, 1 cebolla, 1 puerros, 1 pimiento rojo, 1 pimiento verde, 1 tomate, 1 rama de apio, 3 rebanadas de pan de sopa, aceite de oliva, sal, perejil picado.



ELABORACIÓN: Trocear el calamar y los tentáculos y saltearlos en una sartén con un buen chorro de aceite. Retirar las barbas de los mejillones y añadirlos a la cazuela. Agregar las almejas. Tapar un par de minutos hasta que se abran. Retirar todo a una fuente. Trocear el rape, sazonar y ponerlo en esta cazuela. Añadir las gambas limpias y peladas (reservar las cáscaras para el caldo). Saltear todo brevemente y retirar al plato. Para el caldo, picar finamente la cebolla y los pimientos rojo y verde y saltearlos en la cazuela con un poco de sal. Incorporar el puerro, el tomate y el apio troceados. Introducir las cabezas de pescado y las cáscaras de las gambas. Pocha todo bien, trocear el pan e incorporarlo, verter agua que cubra y cocinar durante una hora y cuarto a fuego lento. Retirar las cabezas de pescado, extraer su carne, triturar el caldo y colar. Poner el caldo de nuevo al fuego, introducir el pescado y el marisco. Cocinar 10 minutos y servir en plato hondo. Regar con un chorrito de aceite y decorar con perejil picado.