



¿Me acompañas?

BUDÍN DE PESCADO, 'RESTOS TIME'

- Ingredientes

- . Restos del pescado del día anterior
- . 1 cebolla
- . 2 tomates
- . 4 huevos
- . Miga de pan dura
- . Un poco de leche entera
- . Pan rallado
- . Mantequilla
- . Sal
- . Azúcar
- . Aceite de oliva
- . Mayonesa casera
- . Tomate casero (opcional)

Elaboración

1.- Esta receta es de las sencillas así que no tenemos excusa. Con la mejor disposición y en la mejor armonía nos disponemos a darle vida a los restos de pescado que nos sobraron. No es muy habitual que en casa quede nada cuando hay pescado, pero en esta ocasión sí nos sobró un poco de merluza al horno. Lo primero que vamos a hacer es elegir un molde para nuestro Budín. En casa tenemos uno con forma de pescado, así que lo tuve fácil a la hora de elegir. Lo que debéis hacer, independientemente del molde, es untarlo bien de mantequilla y cuando esté será el momento de ponerle el pan rallado. Cuando esté listo metéis el molde en el congelador, donde permanecerá hasta el momento de meterlo en el horno.

2.- En un cacharrito ponéis un poco de leche entera y la miga de cuatro rebanadas de pan del día anterior. Dejáis que la miga se empape bien y mientras, desmenuzáis el pescado que os ha sobrado del día anterior. Tener mucho cuidado al limpiarlo para que no os quede ninguna espina. Cuando lo tengáis, unís la miga de pan con el pescado desmenuzado.

3.- Pelamos y picamos la cebolla y la ponemos en aceite en una sartén a fuego medio. Mientras se va haciendo, pelamos y picamos los tomates y se los incorporamos al sofrito. Añadimos un poco de sal y azúcar y dejamos que se haga.

4.- Una vez hecho el sofrito, le incorporamos la mezcla del pescado y la miga de pan y lo removemos en la sartén para que se ligen bien todos los ingredientes.

5.- Podemos ir encendiendo el horno, ya que lo debemos precalentar a 180° durante 10 minutos. Además, llenaremos la fuente del horno de agua ya que haremos nuestra receta al baño María.

6.- Retiramos la sartén del fuego y dejamos que se enfríe nuestra mezcla. Cuando esté templada, le incorporamos las yemas de los cuatro huevos y reservamos las claras para hacerlas a punto a nieve.

7.- Mezclamos las yemas con el sofrito.

8.- Hacemos la claras a punto de nieve y cuando estén, se las añadimos al resto de los ingredientes muy suavemente.

9.- Una vez conseguida la mezcla, la ponemos en el molde que introduciremos en el horno alrededor de 20 minutos a una temperatura de 160° (cada horno es un mundo así que podéis comprobar si está listo introduciendo un pincho. Si sale limpio es que estará hecho).

10.- Cuando el budín esté dorado lo sacamos del horno y lo desmoldamos. Le pondremos por encima la mayonesa casera que habremos hecho previamente y volvemos a meter en el horno hasta que esté gratinado. Yo, en esta ocasión, no lo gratiné y le incorporé fría la mayonesa. Pero si la gratináis en el horno, os encantará.

11.- También podéis añadirle tomate casero, le va muy bien.

Dificultad

Ya han pasado unos meses desde que empezamos a cocinar juntos. La verdad es que la cocina ha despertado en mí todos los sentidos, pero nunca pensé que podría llegar tan lejos. Y lo que nos queda. Esta receta es de las sencillas, de las que podréis hacer con niños (os pueden ayudar a desmenuzar el pescado). No presenta ninguna dificultad y es una buena manera de aprovechar los restos.

El resultado

No os costará su elaboración, pero quedaréis como auténticos cocinillas. Yo en esta ocasión no gratiné la mayonesa, se la añadí fría. Tampoco le puse tomate casero, para que veáis que hay distintas formas de tomar este Budín y todas me parecen perfectas, pero la que más me gusta es la que lleva la mayonesa gratinada.

¿Os gusta el Budín de pescado? Esta receta me recuerda mucho a mi infancia. Me trae muy buen rollo y siempre he querido aprender a hacerla. Me encanta la cantidad de cosas que se pueden hacer con los restos de comida del día anterior. Os deseo que paséis una semana

fantástica y si os apetece, aquí os espero el próximo jueves para seguir haciendo camino juntos. **Me acompañas?**