

CHITA AL HORNO

DIFICULTAD: ●●● Alta

REQUIERE AYUDA:  Sí

PORCIONES:                                                             

INGREDIENTES

- 1 **chita entera** limpia (puede ser cualquier pescado de roca de preferencia)
- 500 ml de **caldo** o fondo de pescado
- 100 ml de **salsa soya** oscura
- 20 g de **jengibre** en láminas
- 20 g de **tallos de culantro**
- 3 **dientes de ajo**
- 80 g de **tallos de cebolla china** cortada en tiras finas
- 20 g de **hojas de culantro** picadas
- 60 g de **cebolla china** (cebollín o cebolla de verdeo, solo la parte de los tallos enteros)

147

PROCEDIMIENTO

- 1 Procurar que el pescado esté bien limpio internamente y sin escamas. Hacer cortes transversales a lo largo de todo el lomo del pescado, por ambos lados, para que el sabor penetre completamente.
- 2 En un bol, mezclar el caldo de pescado, la salsa soya oscura, los tallos de cebolla china, jengibre en láminas y los dientes de ajo, verter a una cacerola y calentar por unos minutos. Retirar.
- 3 En un recipiente de metal, colocar los tallos de la cebolla china de la preparación anterior en la base, sobre esta colocar el pescado y agregar la salsa preparada anteriormente, procurar que la salsa bañe por completo todo el pescado.
- 4 Cubrir con papel aluminio y llevar al horno por 40 minutos, a 200°C. A mitad de cocción, (transcurridos 20 minutos) dar la vuelta al pescado para que se cocine parejo.

Para montar

- 1 Una vez cocido el pescado, retirarlo del recipiente y colocarlo sobre un plato hondo, colar la salsa que quedó en el anterior recipiente y agregarla a todo el pescado procurando que se bañe completamente.
- 2 Aparte, mezclar la cebolla china picada, las hojas de culantro picadas y agregarlas encima del pescado.