

VIEIRAS DO ATLÂNTICO SALTEADAS



Revista
Ago. | Set. 09

Fotos: Nuno Campos
Chef: Fernando Fonseca

PARA 4 PESSOAS

INGREDIENTES

12 miolos de vieira da peixaria Apolónia • 50 ml de Azeite virgem extra Cortes de Cima • 50 g de manteiga • 10 g de sementes de funcho • 15 g de Flor de Sal Belamandil • 10 g de rebentos de sicho • 80 g de chalota • 50 g de cogumelos Paris • 15 g de açúcar • 150 g de endívias • 100 g de acelga vermelha • 50 g de manteiga • 200 ml de caldo de peixe • 300 ml de vinho branco Dona Maria 2008 • 1 limão • 50 g de batata-doce

PREPARAÇÃO

Limpe as endívias do seu talo interior e corte em tiras oblíquas • Limpe as folhas de acelga e lave em várias águas • Salteie as acelgas em azeite e reserve; pique a chalota e os cogumelos e salteie em azeite • Adicione as endívias e o açúcar, e deixe ganhar cor estufando lentamente durante 5 minutos • Faça a palha de batata-doce, cortando-a em tirinhas finas e fritando em óleo a 130° • Reduza o caldo de peixe e o vinho branco até metade • Retire as nervuras das vieiras e tempere com as sementes de funcho tostadas, trituradas • Salteie as vieiras em lume forte numa caçarola antiaderente com um fio de azeite e uma noz de manteiga até ganharem cor (45 segundos de cada lado), mas mantendo o coração rosa • Tempere com a flor de sal e reserve em local quente • Solte a gordura da caçarola, reduzindo o vinho branco e deixe encorpar, temperando e ligando com a restante manteiga crua • Emprate as acelgas e as endívias no centro do prato de serviço, sobreponha as vieiras e termine com o molho, decorando com a palha de batata-doce, rodelas de limão desidratado e os rebentos de sicho