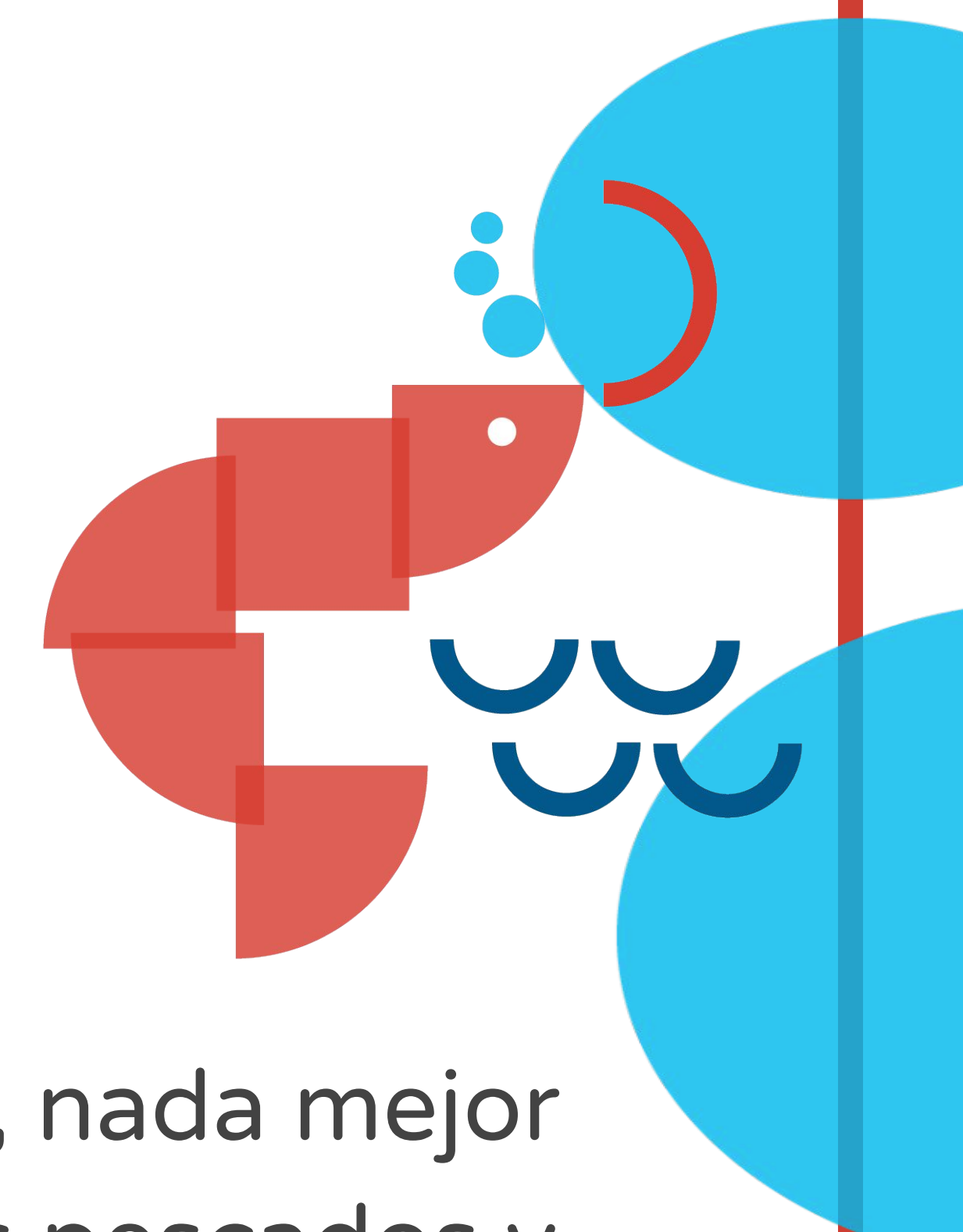




Este es el menú perfecto para sorprender a tu pareja por San Valentín

Dicen que el amor se cocina a fuego lento... Y para que esos platos se degusten con todo su sabor, nada mejor que darles un toque de mar con una propuesta de menú inspirada en la versatilidad y frescura de los pescados y mariscos. Por eso, desde Pesca España nos proponen un menú con cuatro entrantes y un plato principal con el que tu pareja no quedará indiferente.

GILDAS DE BOQUERÓN



· 6 boquerones · 12 aceitunas verdes sin hueso
· 6 piparras suaves · ½ pimiento rojo

PREPARACIÓN:

1. En un palillo, **pinchar** una aceituna verde.
2. **Añadir** la piparra y el boquerón doblados.
3. **Terminar cerrando** con un trozo de pimiento y otra aceituna verde.
4. **Rociar** con un poco de aceite de oliva (opcional).

MARINERAS MURCIANAS



· 2 rosquillas · 2 anchoas · 2 aceitunas verdes · 1 patata cocida
· 1 zanahoria · 1 huevo cocido · 50g de atún · 3 cdas de mayonesa

PREPARACIÓN:

1. **Mezclar** patata, zanahoria, huevo duro y atún con mayonesa, para **preparar** la ensaladilla.
2. **Colocar** en una rosquilla alargada una porción de ensaladilla.
3. **Poner** por encima una anchoa y una aceituna verde.
4. **Servir** en una fuente.

VIEIRAS SALTEADAS



· 4 vieiras · 1 cda de mantequilla · 1 diente de ajo

PREPARACIÓN:

1. **Saltear** las vieiras con mantequilla y ajo hasta que estén doradas.
2. **Freír** las vieiras aparte para que queden **crujientes por fuera**.
3. **Servir** en un plato, colocando la vieira sobre su concha y **decorar**.

BRIOCHE DE MANTEQUILLA AHUMADA Y ANCHOA



· 3 rebanadas de pan brioche · 40g de mantequilla · 6 anchoas

PREPARACIÓN:

1. **Cortar** el brioche en rectángulos y **tostarlo** en una sartén.
2. **Fundir** la mantequilla hasta que tome un ligero aroma ahumado.
3. **Extender** una capa generosa de mantequilla ahumada sobre el brioche caliente.
4. **Colocar** encima la anchoa y **servir**.

PLATO PRINCIPAL: RISOTTO DE CAMARONES



· 200g de arroz · 200g de camarones · 650ml de caldo
· 1 cebolla · 1 diente de ajo · 35g de queso parmesano rallado
· 1 cucharada de mantequilla · Sal, pimienta, perejil y limón

PREPARACIÓN:

1. En una sartén grande, **sofreír** cebolla y ajo picados.
2. **Añadir** los camarones pelados y **saltearlos** unos minutos.
3. **Mantener** un caldo caliente (de pescado o verduras) aparte.
4. **Agregar** arroz arborio a la sartén y **remover** 1 o 2 minutos.
5. **Añadir** el caldo caliente poco a poco hasta que el arroz esté cremoso y al dente (20 minutos aprox).
6. **Incorporar** mantequilla y queso parmesano rallado.
7. **Servir** y **decorar** con 2 camarones en forma de corazón y perejil.