

Sashimi de merluza con ciruelas y cebolla roja encurtida

Cocinando sin Fronteras con la [Chef Anita Lo](#)

Las espinas de [pescado](#) suelen pasarse por alto. La gente piensa que es una parte peligrosa con la que te puedes atragantar. Pero las espinas pequeñas y quebradizas, como las de la platija o la anguila, son deliciosas (y seguras) fritas.

En esta receta utilizo unas pocas espinas a la vez, en trozos del tamaño de un bocado, pero a menudo se fríe todo el conjunto y se rompen trozos para comer. Otras espinas pueden dar lugar a deliciosos caldos y sopas. Los pescados más blandos, como el atún o el salmón, tienen espinas que se pueden raspar y utilizar la carne para hacer tartar o rillettes.

Yo suelo utilizar las espinas del atún grande para hacer “costillas”, como hacen a veces los [japoneses](#). También utilizo el tuétano, las orbes blancas, translúcidas y gelatinosas que se encuentran en cada vértebra y que tienen sabor a mar: lo sirvo como un shooter con ponzu; ahora, en annisa, sirve de guarnición para el tartar de atún. Es una novedad interesante.

Para 4 personas

Para el helado y la salsa de ciruela

- 1 ciruela negra grande
- 1 cucharada más $\frac{1}{2}$ cucharadita de azúcar
- Una pizca de sal
- 2 cucharadas de pasta de umeboshi (pasta de ciruela salada japonesa)
- $\frac{1}{8}$ cucharadita de chile de pájaro tailandés finamente

picado

- 1 cucharadita de mirin

Poner un cazo con agua a hervir. Haz una X en la parte superior de la ciruela y sumérgela en el agua hirviendo durante 60 segundos, luego sácala a un bol con agua helada. Pelar y deshuesar la ciruela, cortarla en trozos grandes y ponerla en una batidora con $\frac{1}{3}$ taza de agua, 1 cucharada de azúcar y la sal. Bata hasta que quede suave. Reservar 3 cucharadas para la salsa de ciruelas. Poner el jugo de ciruela restante en un recipiente y congelar hasta que esté firme. Desmenuzar y guardar en el congelador hasta que se vaya a utilizar.

Para la salsa, en un bol, bata la pasta de umeboshi con las 3 cucharadas de zumo de ciruela reservadas hasta que quede suave. Bata el azúcar restante, el chile y el mirin. Reservar

Para el ceviche de engawa

$\frac{1}{4}$ de taza de músculos de las aletas (engawa), cortados en trozos del tamaño de un bocado, o tiras de filete de merluza finamente cortadas

La engawa es en realidad el músculo de la aleta, esa franja en forma de flecos responsable de mover las aletas en la parte exterior del pez. Es la parte más grasa de la criatura y está separada en pequeñas secciones que recuerdan a un pomelo. Pida a su pescadero que la separe y la guarde cuando pida la merluza. Para los trozos de espina, siga la dirección natural de las espinas para cortarlas; medirán unos 5 centímetros si se trata de un pescado de $\frac{1}{2}$ kilo. Pida su pescado con antelación y pida a su pescadero que guarde las espinas. Los pescados pequeños son los que mejor funcionan.

- 1 cucharada de zumo de limón
- 1 cucharadita de vinagre de arroz
- 2 cucharaditas de salsa de soja blanca o salsa de soja normal

- $\frac{1}{8}$ cucharadita de pimienta negra
- Pizca de sal

Combine los músculos de las aletas de la merluza, el zumo de limón, el vinagre, la salsa de soja, la pimienta y la sal en un bol pequeño. Dejar reposar durante al menos 5 minutos, hasta que la carne empiece a volverse blanca.

Para la cebolla roja en escabeche

- 3 rodajas longitudinales de cebolla roja
- Vinagre de arroz

Corta las rodajas de cebolla en finas láminas y cúbre las con vinagre de arroz en un bol pequeño.

Para los chips de hueso (opcional)

- Espinas de aleta de merluza y engawa cortadas en tiras de 5 mm de grosor
- Fécula de maíz
- Aceite vegetal de sabor neutro para freír
- Sal

Pasar los huesos por la maicena. Calentar 2 1/2 cm de aceite en una sartén a 150°C. Agregue los huesos y baje el fuego. Freír hasta que estén crujientes y doradas. Escurrir en una toalla de papel y sazonar con sal.



Sashimi de merluza con ciruelas y cebolla roja encurtida