LUBINA A LA SAL CON ALI OLI Y TOMATES PROVENZAL

INGREDIENTES

1 lubina grande (con escamas y sin tripas)
Sal gorda (doble que el peso del pescado)
2 claras

SALSA DE ALIOLI

1 huevo
200 g aceite de oliva
1 diente de ajo
Vinagre o zumo de limón
Sal

TOMATES PROVENZAL

4 tomates medianos
1 diente de ajo
4 ramas de perejil
100 g pan rallado
50 g aceite de oliva virgen extra
Sal

MODO DE HACERLO

Mezclar la sal junto con las claras.
Colocar el pescado en una bandeja de horno sobre una cama de sal y cubrir con el resto de la sal. Marcar un borde para poder retirar la costra con mayor facilidad una vez asado. Hornear a 200º durante unos 40 min. según el tamaño del pescado. Intentar retirar la sal en una sola pieza.

SALSA DE ALI OLI

Poner el huevo, el ajo y el aceite en el vaso de la batidora. Colocar la batidora pegada al fondo del vaso y triturar dejando que emulsione. Sazonar y añadir un poco de vinagre o zumo de limón (opcional).

TOMATES PROVENZAL

Lavar y cortar los tomates por la mitad retirando las pepitas. Picar el ajo y el perejil, mezclar con el pan rallado, el aceite y sal. Rellenar con esta mezcla los tomates. Hornear a 180º unos 20 minutos.

VARIANTES

Se puede hacer con otros pescados como dorada, corvina, besugo o salmón.
Los tomates se pueden rellenar de pisto, pasta de aceituna, anchoas, etc.
Se puede suavizar la salsa de ajo añadiendo un poco de nata montada.

CONSERVACION

El pescado y los tomates son de consumo inmediato.
La salsa se puede conservar en nevera unos días.