

Fumet de peix



Fem un caldo bàsic de peix per a sopa, arrossos, etc.

Per a 6 persones

Temps: 1 hora

Ingredients:

- – 1 kg de peix per a sopa: pelut, crancs, galeres, espines, caps de rap, ...
- – 2 cebes
- – 1 tomàquet
- – 1 cap d'alls
- – farigola
- – 1 fulla de llorer
- – Oli
- – 3 l d'aigua
- – Safrà
- – Pebre vermell dolç



Elaboració:

PAS 1: Fem un sofregit fosc a l'olla, procurant utilitzar poc oli, amb la ceba, els alls i el tomàquet, en aquest ordre. Afegim el safrà.

PAS 2: Poseu el peix net de panxes i, seguidament l'aigua freda. Aneu escumant.

PAS 3: Es fa bullir mitja hora destapat i a foc lent. Afegim el pebre vermell dolç per donar color.

PAS 4: S'escorre i es refreda tan ràpid com es pugui. La sal es posa en el moment de fer la recepta, sigui sopa, arròs,...

Fermenta amb facilitat, per això l'hem de refredar ràpid. I quan el tinguem fora de la nevera i prop d'escalfor, ha d'estar destapat.





Bon Profit!