



MERLUZA CONFITADA EN AOVE CORNICABRA D.O. MONTES DE TOLEDO, AJO Y PEREJIL CON SALSA DE TOMATE

Buenos días querid@s amig@s, después de unos días un poco pachucha, de estar también pasando unos cortos días en Babía y de estar pensando en unas cuantas recetas, entre ellas esta que nos ocupa, vuelvo a la carga, después de teneros un poco abandonados.

Y os preguntareis cuanto tiempo pasa por Babía, pues es que después de unos cuantos años visitando estas tierras, he encontrado mi refugio, donde en esos ratos de ocio que tengo, puedo disfrutar de la naturaleza, de sus montañas, de su gastronomía y lo mejor de todo he encontrado la casa en la que pasar esos días, aunque últimamente me va a ocupar mucho tiempo, porque le hace falta mucha mano, tengo ya ganas de que este lista, sobre todo y por lo más impresionante es que tiene un horno de piedra, que cualquier día os lo enseñe a través de foto, aunque ya me gustaría invitaros a todos y cada uno de vosotros a una buena comida elaborada en ese horno donde ya tengo ganas de hacer mis pinitos, pero mientras esto se hace realidad, vengo con una receta en la que he utilizado en esta ocasión un AOVE Denominación de Origen Cornicabra, Montes de Toledo.

Los AOVE con Denominación de Origen Montes de Toledo se elaboran con la variedad Cornicabra, originarias de estas tierras manchegas y considerada por méritos propios, uno de los productos estrella de la Dieta Mediterránea, de crecimiento lento, se cultiva en las antiguas plantaciones tradicionales, cuidando el proceso de obtención del aceite al máximo para obtener la más alta calidad.

Presentando una amplia gama de aromas debido a que posee un alto porcentaje de ácido oleico y antioxidantes, especialmente polifenoles, que lo hace especialmente saludable: previniendo las enfermedades cardiovasculares, enriquece las células, fortalece en su lucha contra la vejez y alarga la vida.

Y para probar este AOVE Cornicabra D.O. Montes de Toledo he querido hacer esta receta, que espero os guste y vamos con ella.

INGREDIENTES

4 lomos de merluza

[ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA CORNICABRA D. O. MONTES DE TOLEDO](#)

| | |
|---------------------------------------------------------|-----------------------|
| 1 Manojito de perejil | 4 dientes de ajo |
| Tomate triturado | Media cebolla |
| 2 zanahorias | 1 puerro |
| Agua | 4 rodajas de pan duro |
| Tomates sherry | sal |
| 1 vaso de vino oloroso Pedro Ximenez Montilla – Moriles | |



Lo primero que haremos sera cortar el ajo en laminas y lo freímos a fuego flojo hasta que quede crujiente, mientras tanto cortamos las verduras y en una cacerola las rehogamos también en [AOVE](#)



cuando ya están rehogadas le añadimos el tomate y el vaso de vino oloroso.

Cuando los ajos están ya crujiente los pasamos al vaso de la batidora junto con el perejil y el [AOVE](#)



Lo trituramos hasta conseguir una salsa homogénea. Cortamos cuatro rebanadas de pan, batimos las verduras junto con el tomate, lo pasamos por un colador y volvemos a hervir junto con las rebanadas de pan.



Y por último nos encargamos de marcar los lomos de merluza por la parte de la piel, añadimos la mezcla de AOVE, ajo y perejil y dejamos confitar durante unos 8 a 10 minutos a fuego lento, sin que el aceite llegue a hervir.





Y listo para servir, ponemos la base de salsa de tomate, en el centro colocamos el lomo de merluza y adornamos con los tomates cherry, servir caliente.

