

Recepta

**Sardina marinada
amb poma i fonoll**



Sardina marinada amb poma i fonoll



Ingredients per a 4 persones:

- 16 sardines grans
- 1 litre d'aigua mineral
- Sal
- 200 ml de vinagre de vi
- 1 poma Granny Smith
- 2 pomes Golden
- 20 g de sucre
- 1 bulb de fonoll
- Aigua
- Agar-agar
- 1 pell de taronja
- 1 llimona
- Canyella
- Conyac
- Unes fulles de vene cress

Elaboració:

Netegem les sardines i els traiem l'espina amb molt de compte de deixar enganxats els dos lloms. Les deixarem dessagnar amb aigua i gel durant mitja hora.

Un cop dessagnades les assequem, les retallem una mica per tal que l'estètica sigui perfecta, afegim vinagre i sal a la solució d'aigua i les deixem reposar a dins durant 4 hores.

Un cop passat aquest temps, les escorrem i les posem en un recipient amb oli d'oliva per al seu manteniment.

Agafem la poma Granny Smith i la tallem a dauets perfectes que posarem amb aigua i suc de llimona fins a la seva elaboració.

Per a la compota de poma Golden, agafem les pomes, els traiem el cor i les posem en una safata amb la canyella, la pell de llimona, la pell de taronja, el conyac i una mica de sucre. Ho tapem amb paper de plata i ho posem al forn de convecció a 180°C durant 40 minuts.

Una vegada cuites, quan es punxin fàcilment, treurem les pells de llimona i taronja i les branques de canyella i ho triturarem tot fins que ens quedi molt ben emulsionat. Reservarem en un biberó fins al moment de l'emplatat. Per al gel de fonoll, liquem el bulb sencer i, ràpidament, ho texturitzem amb agar agar, rectificuem de sal i ja el tindrem a punt.

Emplatat:

Escorrem les sardines i les tallem per la meitat. Fem tres llàgrimes amb el gel de fonoll i tres llàgrimes amb el puré de poma Golden. Posem les sardines d'una manera original i també la "brunoise" de poma Granny que li donarà un toc àcid interessant. Decorem amb unes fulles de vene cress per acabar el plat.