

## PEIXE EM LISBOA 2013 8 DE ABRIL



### CHEF BERNARD PHISTER ESCOLA DE HOTELARIA E TURISMO DE LISBOA

#### FILETE DE CORVINA COM PURÉ DE TOPINAMBOUR E REBENTOS DE SHISO

##### INGREDIENTES (4 PESSOAS)

Filete de corvina - 320 g

Echalote, descascada e picada – 4 un.

Manteiga – 80 g

Topinambour – 400 g

Natas de culinária – 350 ml

Rebentos shiso – 10 g

Azeite – 60 ml

Vinagre balsâmico – 10 ml

Limão – 1 un

Sal q.b.

##### PREPARAÇÃO

###### *Peixe*

- Cortar os filetes em 4 pedaços de 80 gr. e reservar no frio.

###### *Puré de topinambour*

- Descascar o topinambour e reservar em água fria.
- Saltear as echalotes em manteiga.
- Juntar o topinambour e as natas e deixar ferver durante 15 minutos.
- Triturar em liquidificador até ficar com a consistência de um puré.
- Temperar com sal e limão.
- Manter quente.

- Numa frigideira, saltear os filetes com metade do azeite. Temperar com sal
- Temperar os rebentos de shiso com vinagre balsâmico e restante azeite.

##### EMPRATAMENTO

- No centro de cada prato, dispor o puré. Colocar o filete sobre o puré e finalizar com os rebentos no topo.



Avenida de Brasília – Pedrouços - 1400-038 Lisboa  
Tel: 213 936 100 | Fax: 213 936 101  
E-mail: [docapesca@docapesca.pt](mailto:docapesca@docapesca.pt)  
[www.docapesca.pt](http://www.docapesca.pt)



O Melhor do Nosso Mar.