



Rodaballo con salsa naranja, cítricos y verduras salteadas

Turbot with orange sauce, citrus fruit and sautéed vegetables

PACO RONCERO EXPLICA SUS MOTIVACIONES Y FUENTES DE INSPIRACION PARA CREAR ESTA RECETA DE LA CLASE BUSINESS PLUS.

En el plato que hoy les presento he querido combinar materias primas de primera calidad mediante una técnica sencilla. El resultado es una receta saludable y divertida donde un pescado con personalidad como el rodaballo se mezcla a la perfección con frutas como la naranja, el limón, el pomelo o la lima y verduras como el calabacín, el espárrago, el brócoli o el pimiento. Con la verdura y la espina del pescado se elabora un fumet que se añade posteriormente a un cebolla rehogada con zumo de naranja y Grand Marnier. El rodaballo se cocina a la plancha y el resto de cítricos se corta en tacos. El emplatado se hace con la piel del pescado hacia arriba, las verduras alrededor y una cucharada de cítricos por encima.

PACO RONCERO EXPLAINS HIS INSPIRATION FOR THIS RECIPE FOR BUSINESS PLUS CLASS.

In the dish I present to you today, my intention has been to use a simple technique to combine prime quality ingredients. The result is a healthy and entertaining recipe in which turbot, a fish of great personality, combines to perfection with fruit like orange, lemon, grapefruit and lime, and with vegetables like courgette, asparagus, broccoli and pepper. The vegetables and fish bones are used to make a stock, or *fumet*, which is afterwards added to an onion sautéed with orange juice and Grand Marnier. The fish is laid on the dish skin up with the the vegetables around it and a spoonful of citrus fruit on top.