

# Fumet o Caldo de Pescado

El **caldo de pescado** llamado **fumet** por los cocineros tiene múltiples variantes y varía mucho su sabor dependiendo del pescado utilizado. En general se utilizarán pequeños pescados blancos y preferiblemente de roca que tienen más sabor, no oscurecen el fumet y resulta un caldo válido para cualquier tipo de plato (el caldo elaborado con pescados azules es muy fuerte, oscuro y puede ensombrecer los delicados sabores de ciertas preparaciones).

## INGREDIENTES:

- 150g Cabeza o espinas de merluza, rape o bacalao
- 150g Morralla (preferiblemente con pescados de roca)
- 1 Cebolla pequeña
- 4-5 Ramitas de perejil
- $\frac{1}{2}$  Pimiento rojo y  $\frac{1}{2}$  verde
- $\frac{1}{4}$  Puerro
- 1 Ramita de apio
- 1 Hoja de laurel
- 1 Tomate pequeño

1,5  
Lts



## NOTA:

si lo que deseas es un fumet más fuerte de sabor y color, rehoga las hortalizas con una cuchada de aceite, agrega después el pescado y/o marisco y posteriormente el agua. Llevar a ebullición, cocer 20minutos y colar.

## ELABORACIÓN:

1. Pelar y trocear las hortalizas, excepto el tomate que se le hará una cruz.
2. Colocar una olla al fuego con 3l de agua fría e incorporar todos los ingredientes.
3. Llevar a ebullición y cocinar durante 20minutos (no es aconsejable más tiempo porque las espinas del pescado sueltan amoniaco y pueden estropear el sabor del fumet)
4. Colar. Si se quiere concentrar el sabor hervir (sin las espinas) hasta que reduzca a la mitad. Dejar enfriar y reservar en la nevera o congelarlo hasta su utilización.