

Buey de mar a la portuguesa (sapateira)

 divinacocina.es/buey-de-mar-a-la-portuguesa/

Divina Cocina

August 24, 2020



La receta de buey de mar a la portuguesa (*sapateira*) es un gran clásico en el Algarve portugués. Merece la pena ir a probarlo, y desde allí nos trajimos la receta.



INGREDIENTES

- 1 buey de mar (mejor si es hembra)
 - Para hervirlo: agua, sal, 1 hoja de laurel, 1 clavo de olor
 - 1 huevo duro
 - 1/4 de cebolleta fresca y dulce
 - Media cucharadita de mostaza
 - Mayonesa suave preparada con limón
 - Opcional: 1 cucharada de brandy
-

ELABORACIÓN del buey de mar a la portuguesa

1. Ponemos a **hervir** una cazuela con 2 litros de agua, un buen puñado de sal, el laurel y el clavo. Cuando rompa el hervor introducimos el buey y lo dejamos 15 minutos desde que vuelva a hervir. El tiempo depende del tamaño del buey, entre 15 y 20 minutos.
 2. Dejamos que el buey **enfríe** en la nevera. Partimos las patas y sacamos con cuidado la carne (también se pueden servir aparte, enteras). Hacemos lo mismo con las carnes y corales del interior, dejando el caparazón entero y limpio.
 3. En algunos restaurantes **se trocea** todo al gusto, sin llegar a triturar del todo para que no pierda textura. En otros lugares se trocea solo el interior del caparazón y las patatas se sirven a parte con herramientas de marisco. Con mucho cuidado se mezcla la carne y corales troceados con la mostaza y la cebolleta picada menudísima. Si quieres, puedes añadir una cucharada de brandy.
 4. **Rellenamos** el caparazón con esa mezcla. En algunos restaurantes lo cubren todo con una fina capa de mayonesa (se puede mezclar con un poquito de ketchup) y en otros se mezcla la salsa con las carnes del buey y luego se rellena, como prefieras.
 5. **Decoramos** al gusto con el huevo duro rallado o picado muy fino, o con unos encurtidos picados. Conservamos en frío hasta el momento de servir.
 6. El interior tiene la consistencia de un paté o una ensaladilla fina de marisco por lo que el buey se suele servir con **tostaditas** para acompañar.
-



Visita nuestra TABLA DE CALORÍAS

Come bien, vive mejor, con RECETAS LIGHT

Más vida, más salud, en ADELGAZAR.NET


