

## FLAN DE PESCADO Y MARISCOS ' MAR BELLA '

### Ingredientes

1/2 doc de pejerreyes medianos  
1/2 kl de camarones  
4 camarones grandes para la decoración  
2 doc de conchitas (o más según el tamaño)  
1 do de choros amarillos  
1 lata de leche evaporada.  
3 cucharadas de queso parmesano  
6 huevos  
remillete aromático  
1 latita de puré de tomate de buena calidad  
mantequilla  
1 ají verde  
2 cebollas chicas  
1 diente de ajo entero  
1/4 taza de vino jerez  
3 cucharadas de harina  
1 cucharadita de maicena  
1 cucharada de mostaza  
perejil fresco  
sal, pimienta  
nuez moscada

### Preparación

En una cacerola se calienta la mantequilla suficiente y se dora la cebolla picada fina. Se retira en un tazón y se le agrega la leche evaporada, los huevos batidos ligeramente, la nuez moscada, la cucharadita de maicena, sal, pimienta, las colitas de los camarones crudos, los pejerreyes limpios y cortados en trozos de regular tamaño, los choros, a los que se le habrá dado un ligero hervor, las conchitas crudas. Se mezcla y se pone en un molde bien engrasado, (pyrex) en baño maría a horno regular de 350°F. Se cubre la preparación de queso parmesano y trocitos de mantequilla.

Horno por 1/2 hora, más o menos; una vez listo se deja entibiar un poco, se voltea sobre una fuente y se cubre con la siguiente salsa.

### Salsa para hacer el 'Fumet' de pescado y mariscos

Se pone en una cacerola 1/2 litro de agua, 1 cebolla con un clavo de olor incrustado, 1 diente de ajo entero, el ají verde partido en dos y limpio, el ramillete aromático, las conchas bien limpias, (después de haberlas sacado crudas), sal, pimienta dulce (unos granos), las colas y cabezas de los pejerreyes, las cabezas de los camarones y por último el vino. Se deja hervir 1/2 hora y se cuele.

Aparte, se derrite un trozo de mantequilla y se dora 1 cebolla picada muy fina, luego se agrega la harina, se revuelve y se va vertiendo el 'fumet' que se habrá ya preparado (al igual que una salsa blanca). Se termina poniendo a la salsa una cucharada de puré de tomate y una cucharadita de mostaza y ya estará lista. Se decora con los camarones grandes y el perejil fresco, lo que se demostrará.