

Erizos de mar rellenos

Erizos de mar rellenos, cuando pensamos en marisco nunca pensamos en este aunque no hay otro que sepa tanto a mar como los erizos, sus corales es lo que comeremos, son las cinco partes anaranjadas que veremos en su interior al abrirlo.

ingredientes

- 1 kg de Erizos de Mar
- 1 Cebolla
- 2 Tomates
- 250 ml de Nata para cocinar
- 1 cucharada de Aceite de Oliva Virgen
- Pan Rallado Crujiente
- Pimienta
- Sal

elaboración Erizos de Mar Rellenos

Lo primero será limpiar los erizos, con una tijera de cocina, por la parte donde tiene la boca, metemos la punta de una tijera y cortamos, hacemos un corte en redondo que luego nos permita utilizar el caparazón para rellenarlos.

Para no pincharse, hacer el corte ayudándonos de un trapo de cocina.

Una vez cortado, quitamos esa tapa y accedemos al interior del bicho, tendremos un bol con un colador a mano para echar el líquido que hay dentro del erizo que es donde conservaremos nuestros corales.

Ahora con una cuchara iremos sacando esas 5 puntas anaranjadas que vemos en el interior y las iremos poniendo en el líquido que hay en el bol.

Por otro lado cortaremos la cebolla en trocitos y la pondremos con el aceite de oliva virgen en una sartén, dejaremos que se poche hasta que comience a dorarse, en este momento pondremos el tomate también cortado en daditos y que previamente habremos pelado, dejaremos que se fría el conjunto.

Cuando está añadiremos la nata, los corales del erizo, removeremos y salpimentaremos, este paso no nos debería llevar mas de 1 o 2 minutos, veremos como la nata toma el color de los corales, retiramos del fuego.

En los caparazones de los erizos ya limpios, vamos poniendo el contenido de nuestra sartén, hasta que queden completamente rellenos y espolvoreamos el pan rallado crujiente por encima.

En una fuente los metemos al horno previamente calentado a 180º durante 10 minutos y 5 mas con el gratinador a 200º.

Ya tendremos nuestros erizos de mar rellenos.

Medidas:

- Cucharada es una cuchara sopera
- Cucharadita es una cucharilla de postre
- Pizca es un pellizco
- Si no se ponen cantidades es al gusto del cocinero
- Si queréis hacer mas cantidad o menos hacer una simple regla de tres.