

## **Muffin inglés de huevo y bacon de pez espada**

**Chef Josh Niland**

Receta del libro *The Whole Fish Cookbook*

**Para 4 personas**

### **1. Para hacer el muffin...**

- 500g de harina de panadería
  - 8g de sal
  - 300ml de leche
  - 1 huevo entero
  - 30g de mantequilla blanda
  - 6g de levadura seca
  - sémola fina para espolvorear
  - Harina común para espolvorear
  - 120 ml de ghee (mantequilla clarificada)
- 
- Batir todos los ingredientes.
  - Colocar la mezcla en una superficie de cocina ligeramente enharinada y formar una bola.
  - Dejar en un bol untado de aceite en la nevera hasta que duplique su tamaño (aproximadamente durante una noche).
  - Extender la masa sobre una superficie de trabajo limpia y espolvorear sémola por encima hasta un grosor de 1,5 cm.
  - Cortar los panecillos (con la ayuda de un molde de aro redondo) y dejar reposar cubiertos durante aproximadamente 10-15mins.
  - En una sartén caliente, añadir una pequeña cantidad de ghee y cocinar los panecillos por ambos lados aproximadamente 2 minutos. Repetir este proceso hasta que todos los panecillos estén dorados.
  - Pasar a un horno precalentado a 150 grados centígrados y cocinar otros 10 minutos o hasta que estén hechos. (los muffins se congelan bien en esta etapa y pueden ser descongelados cuando sea necesario).
  - Se puede usar una tostadora normal o una plancha caliente para tostar los muffins.

### **2. Para hacer el bacon de pez espada...**

- 1kg de lomo o vientre de pez espada

#### **Mezcla para la curación del pez espada**

- 40g de azúcar molido
- 80g de sal fina
- Anís estrellado
- 15g Hojas de tomillo
- 1g de Nitrato
- 1 cucharada de pimienta negra
- 1 hoja de laurel

#### **Método de curación del pez espada**

- En un tazón, combinar todos los ingredientes de la mezcla de curado juntos
- Usando un par de guantes desechables, frotar el pez espada con la mezcla hasta que esté completamente cubierto.
- Colocar el pez espada en una bandeja de acero inoxidable o recipiente de plástico forrado con papel de horno.

- Almacenar en la nevera cubierto con papel de horno para evitar el contacto con cualquier otro alimento.
- Dejar curar durante 7 días. Voltear el pez espada cada día usando un par de guantes desechables para evitar contaminarlo.
- Una vez que el tiempo haya pasado y el pez espada esté completamente curado, sacar el pez de la bandeja y secarlo con una toalla de papel.
- Usar un ahumador que sea capaz de ahumar en frío o como alternativa casera, un doble vaporizador barato forrado con papel de aluminio y astillas de madera empapadas en la base.
- Ahumar el pez espada en frío durante 40-45 minutos, dependiendo del grado de ahumado que desee.
- Usando una cuerda, colgar el pez espada de un gancho en la nevera.
- El proceso de colgado para producir el bacon tomará entre 3 y 5 semanas, dependiendo del refrigerador.
- Una vez que el bacon de pez espada esté listo, puede ser almacenado tal como está o cortado en rodajas y almacenado en un recipiente de plástico hermético.

### 3. Para el montaje final...

- 60 ml de ghee
  - 200g de bacon de pez espada ahumado en rodajas finas
  - 4 huevos frescos de granja
  - 4 cucharadas de ketchup
  - Pimienta negra
- En una sartén mediana, agregar la mitad del ghee y calentarlo a fuego alto.
  - Añadir el tocino y freír hasta que esté crujiente y dorado unos 4 minutos.
  - Retirar de la sartén y mantener caliente...
  - En la misma sartén caliente, cascar 4 huevos dentro de moldes de aro redondos y freírlos hasta que la base del huevo esté dorada y crujiente - aproximadamente 1 min.
  - Colocarlos en un horno de 180 grados y cocínelos hasta el grado de cocción deseado, aproximadamente 1 minuto.
  - Poner el ketchup en la base de los panecillos tostados y cubrir con el bacon crujiente, el huevo frito y la pimienta negra.
  - Poner una pequeña cantidad de ketchup en el interior de la tapa del panecillo, y luego colocar sobre el huevo.



Foto: © Rob Palmer para *The Whole Fish Cookbook*