



## **Rollitos de berza rellenos de marisco**



### **Ingredientes: (4 personas)**

Agua  
Sal  
8-10 hojas de berza rizada o berza regular  
½ taza de arroz basmati  
10 langostinos con cabeza  
200 grs de salmon  
150 grs de lenguado  
2 cucharadas de aceite de oliva  
2 cucharadas de mantequilla  
1 cucharada de ajo picado  
6 cebolletas picadas  
Sal y pimienta  
2 cucharadas de harina  
250 ml de leche  
125 ml de vino blanco  
2 cucharadas de salsa de tomate  
2 cucharadas de nata para cocinar  
El zumo de medio limón  
Un poco de queso que gratine bien.

© [www.daddykitchen.com](http://www.daddykitchen.com) Distribuido bajo [licencia Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)  
Si estás viendo esta información en otra ubicación que no sea [www.daddykitchen.com](http://www.daddykitchen.com) sin una referencia a la fuente original, es que ha sido robada.



### **Elaboración:**

En una cazuela grande poner agua con sal a hervir. Cuando comience la ebullición añadir las hojas de berza por tandas de 2 en 2 y dejar cocer unos 3-4 minutos. Retirar del agua y reservar. Repetir el proceso hasta que todas las hojas estén cocidas.

Una vez finalizada la cocción de las hojas, usar el agua para cocer el arroz basmati (seguir las instrucciones y tiempo de cocción del paquete). Escurrir el arroz y reservar.

Limpiar los langostinos guardando las cabezas en un bol para después. Cortar cada langostino en 3-4 trozos pequeños y reservar. Limpiar los pescados y cortarlos en trocitos pequeños.

En una sartén poner el aceite y la mantequilla y freír el ajo junto con la mitad de la cebolleta picada. Añadir los langostinos, el salmón y el lenguado y cocinar todo ajustando de sal y pimienta al gusto.

Añadir la harina y remover hasta que absorba todo el líquido. Añadir la leche y remover hasta obtener una bechamel de pescado ligera. Mezclar con el arroz cocido. En este momento ya tenemos el relleno listo.

Ahora vamos con los rollitos: Extender una hoja de berza en una superficie lisa. Poner en el medio dos cucharadas de relleno (o un poco menos en función del tamaño de la hoja). Cerrar los lados hacia el interior y enroscar formando un rollito. Repetir el proceso hasta acabar las hojas y el relleno.

Poner las cabezas de los langostinos en una sartén caliente con una cucharada de aceite y freírlas removiendo hasta que cambien de color. Añadir el vino blanco y machacar las cabezas para que suelten toda su sustancia y sabor. Apartar del fuego y retirar los restos de cabezas y cáscaras. Añadir la salsa de tomate, la nata y el zumo de limón y poner a fuego medio hasta ligar la salsa. Ajustar de sal y pimienta al gusto.

En un recipiente para horno, poner los rollos de berza, cubrir bien con la salsa, poner un poco de queso rallado y gratinar al horno a 190 C.

Y listo! Servir caliente y decorar con un poco de la cebolleta picada.

Rafa

© [www.daddykitchen.com](http://www.daddykitchen.com) Distribuido bajo [licencia Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Si estás viendo esta información en otra ubicación que no sea [www.daddykitchen.com](http://www.daddykitchen.com) sin una referencia a la fuente original, es que ha sido robada.