

## Receta Cepesca:

---

### Raya en lámina de canelón con frambuesas



Os vamos a poner una versión de la famosa receta de Bruno Oteiza para que los menos profesionales puedan creerse unos auténticos chefs: raya en lámina de canelón con frambuesas. Como la raya contiene B12 es ideal para recuperarse del fin de semana.

#### Ingredientes:

- 2 lomos de raya limpias
- 1 cajita de frambuesas
- 4 láminas cocidas de canelones
- 2 rebanadas de pan finitas (opcional para hacer pan frito)
- Mantequilla
- Vinagre de crianza

- aceite de oliva virgen extra
- sal
- pimienta negra
- perejil picado
- Orégano
- Dos dientes de ajo
- Perejil natural (opcional para decorar)

#### *Para la vinagreta:*

- Frambuesas
- Ajo
- Perejil
- Vinagre
- Aceite oliva virgen extra
- Pimienta negra

#### Preparación:

Pedimos en nuestra pescadería dos lomos de raya limpios. Cuando lleguemos a casa los troceamos y ponemos a hervir agua en una cazuela. Echamos un poco de sal y metemos la raya. Cuando esté hecha separamos la carne con cuidadito, quitamos las partes duras, y reservamos la carne blandita. Salpimentamos la raya.

Mientras, **preparamos nuestra vinagreta de frambuesas**: Picamos muy bien un poquito de ajo y la frambuesa. Y en un mortero majamos el ajo, la frambuesa, el perejil y un chorrito de aceite de oliva virgen extra y le añadimos dos chorritos de vinagre de crianza. Lo dejamos que macere.

En una sartén ponemos un poco de mantequilla y echamos la raya por encima para dorarla. Cuando tenga un color bueno, le echamos por encima una parte de vinagreta recién hecha. Y dejamos el resto para el final. Añadimos más mantequilla, más frambuesas enteras, añadimos orégano y rehogamos bien.

El siguiente paso se puede omitir si no se quiere pan en nuestro plato. Para hacer pan frito hay dos opciones: en una sartén pones un poco de aceite y frías el pan vuelta y vuelta, o lo puedes hacer con un poco de mantequilla por cada lado. Recuerda que el aceite coge temperatura pronto, hay que evitar que se quemé.

Reservamos el pan en un papel de cocina para que no quede grasiento y absorba un poco lo que le sobre.

En una cacerola echamos las cuatro láminas de canelones en agua hirviendo y añadimos un poco de sal. Hasta que estén al gusto.

**Emplatado de Bruno Oteiza (como la imagen que hemos puesto, que es de su plato)**: Ponemos el pan frito de fondo. El canelón justo encima y la raya con las frambuesas en lo alto. Aderezamos con el sobrante de nuestra vinagreta. Decoramos con unas ramitas de perejil natural. Y listo para comer.

*Cepesca es la organización empresarial de ámbito nacional más representativa de la Unión Europea y agrupa a 38 asociaciones de armadores de buques de pesca tanto de bajura como de altura, con más de 750 empresas pesqueras, 861 buques, cerca de 10.000 tripulantes y un tonelaje de arqueo de 225.227 GTs. Entre sus objetivos, la Confederación persigue mejorar la competitividad de las empresas pesqueras, apostar por la formación de las tripulaciones y el relevo generacional, promover el desarrollo de una pesca responsable y sostenible y luchar contra la pesca ilegal. Para conocer más, visita [www.cepesca.es](http://www.cepesca.es)*