



Pescado empanizado tipo Lubys

Tiempo de preparación: 15 minutos

Tiempo de cocimiento: 15 minutos

Tiempo total: 30 minutos

Porciones: 6 personas

Toda mi vida, cualquier viaje de Monterrey a la frontera con Estados Unidos para mí, era comer en Lubys mi pescado empanizado, con salsita tártara, elotitos dorados cocidos, macarrones con queso y un bollo brioche lleno de mantequilla.

No muchos conocerán la icónica cafetería Texana, muchos otros crecimos comiendo ahí nuestros platillos favoritos de ese buffette maravilloso, lleno de recetas secretas. Muchos libros se editaron con las recetas de Lubys, pero en ninguno de ellos viene la receta del famoso pescado empanizado.

Buscando aquí y allá me puse a hacer pruebas y esta forma de empanizarlo es la que más se acerca a la original, me atrevo a decir que no le pide nada a la original mejor dicho... lo único es que acá no conseguimos el bacalao fresco y es lo que debemos usar para poder ahora sí imitar completamente el sabor del platillo.

Yo usé Tilapia y funcionó perfecto. Ojalá pueda algún día tener a la mano bacalao fresco para hacerla como debe ser.

Acompañen con esta salsa tártara <https://cassarolamia.com/salsa-tartara/> y disfrútenlo

Ingredientes:

- 6 Filetes de pescado blanco fresco (bacalao de preferencia, tilapia).
- 2 Tazas de cereal de maíz natural ("Corn flakes").
- 1 Huevo grande.
- 100 gr. Crema para batir.
- 100 gr. Leche de vaca.
- Harina blanca la necesaria.
- Para sazonar los filetes al gusto:
 - Opción a) Ajo y cebolla en polvo, paprika, sal y pimienta.
 - Opción b) Algún sazonador especial para pescados y mariscos.
- Aceite de pepita de uva, de cacahuete o de aguacate para freír.

Procedimiento:

1. En un recipiente hondo, batir el huevo y agregar la crema, leche, un poco de sal y pimienta.



Pescado empanizado tipo Lubys

2. Poner harina en otro recipiente.

3. Machacar los "Corn Flakes" con un martillo de cocina o con la ayuda de alguna cuchara o machacador de frijoles, procurando que no queden completamente molidos. Es necesario que se sigan distinguiendo

2. Secar muy bien los filetes de pescado y sazonarlos al gusto por ambos lados.

3. Calentar suficiente aceite en un wok o en olla honda (para evitar salpicaduras). Mantener a fuego medio y procurar que la temperatura no suba arriba de 200 °C porque los corn flakes se queman muy rápido y habría que sacar el pescado antes de que estuviera cocido por dentro.

4. Con cada uno de los filetes seguir estos pasos:

Enharinar y sacudir el exceso.

Pasarlo por el huevo batido con crema y leche.

Regresarlo al recipiente que tiene harina y empanizar bien por ambos lados, eliminar el exceso nuevamente.

Otra vez a la mezcla de huevo y leche. Escurrir un poco.

Finalmente al recipiente con los corn flakes molidos. Apretar muy bien por ambos lados para que pegue.

5. Freír de dos en dos máximo para que el aceite no pierda calor. Sacar cuando el empanizado tome un color dorado medio.

6. Sacar, poner en servilleta absorbente por unos segundos y luego pasar a enfriar a una rejilla para que no se hagan aguados.

¡BUEN PROVECHO!