

DIRECTO · MEDIO

Sardinas al espeto en el kamado

El icono del verano mediterráneo en casa: sardinas frescas con sal gruesa, asadas al calor lateral de las brasas del kamado sin tocar la parrilla. Piel chamuscada, carne jugosa, pan y limón.



PREPARACIÓN

25 min

COCCIÓN

12 min

COMENSALES

4

TEMPERATURA

250 °C

Ingredientes

16 ud sardinas frescas medianas, enteras

3 cda aceite de oliva virgen extra

1 pizca sal en escamas, para terminar

1 ud hogaza de pan rústico, para acompañar

4 cda sal gruesa marina

2 ud limones, en gajos

1 pizca pimienta negra recién molida

3 ud tomates maduros, para una ensalada (opcional)

Pasos

1 SALAR LAS SARDINAS

Elige sardinas brillantes, de ojo limpio y firmes al tacto: la frescura lo es todo en este plato. No las destripes ni les quites las escamas; enjuégalas bajo agua fría y sécalas con cuidado. Espolvoréalas generosamente con sal gruesa marina por ambos lados y déjalas reposar 15 minutos sobre una rejilla, para que la sal sazone sin resecar la carne.

2 BRASAS A UN LADO

Enciende el kamado y, cuando el carbón esté bien prendido, empuja todas las brasas a un lado con un atizador o rastrillo, dejando la otra mitad libre. Echa un par de tacos de madera de olivo sobre las ascuas para perfumar el humo. Trabajarás con la tapa abierta: no buscas una cúpula cerrada y estable, sino el calor radiante intenso del montón de brasas, en torno a 250 °C en la cara del fuego.

3 MONTAR LA CESTA

Pincela ligeramente las sardinas con aceite de oliva y dispón 6-8 de ellas en una cesta de asar alineadas y bien juntas, todas en la misma dirección. La cesta sustituye a la caña del espetero: mantiene el pescado plano y te permite voltear todas las piezas de una vez sin que la piel se quede pegada ni se rompan, que es lo que ocurre cuando se asan sueltas sobre la rejilla.

4 ASAR AL CALOR LATERAL

Coloca la cesta en el borde de la parrilla, junto al montón de brasas pero sin quedar sobre el fuego directo, de modo que las sardinas reciban el calor por el costado. Ásalas 4-5 minutos sin moverlas, hasta que la piel del lado expuesto se chamusque y la grasa empiece a chisporrotear. Si alguna llamarada sube, aparta la cesta unos segundos: el goteo controlado es parte del sabor, las llamas constantes no.

5 VOLTEAR Y DORAR

Da la vuelta a la cesta completa y asa el segundo lado otros 3-4 minutos, hasta que la piel quede tostada y la carne se vea opaca junto a la espina. Las sardinas están en su punto cuando la aleta dorsal se desprende con facilidad y la carne se separa de la raspa; en total son 10-12 minutos. Pásate de tiempo y este pescado tan magro se seca enseguida, así que retíralas en cuanto cuajen.

6 SERVIR AL MOMENTO

Saca las sardinas de la cesta con cuidado y pásalas a una fuente templada. Termínalas con un hilo de aceite de oliva, sal en escamas, pimienta y gajos de limón. Sírvelas humeantes con pan rústico, mejor untado en sus jugos, y una sencilla ensalada de tomate. Se comen con los dedos, tirando de la cabeza para sacar la espina entera, como en cualquier chiringuito.

Consejos del editor

- La frescura manda: usa sardinas del día, de ojo brillante y carne firme. Una sardina blanda o de olor fuerte no se recupera con ningún fuego.
- No la pongas nunca sobre el fuego directo. El espeto se asa de lado: si la grasa cae sobre las brasas y se prende, el humo negro amarga el pescado.
- Si tienes sardinas de tamaños distintos, agrúpalas por calibre en cestas o tandas separadas: las pequeñas se hacen en 7-8 minutos y las grandes piden un par más.

El equipo de esta receta

Big Green Egg Large

mikamado.es/kamados/big-green-egg-large

Weber Cesta de Asar Deluxe Grande de Acero Inoxidable (35×30 cm)

mikamado.es/accesorios/weber-cesta-asar-deluxe-grande

Smokey Olive Wood Tacos de Madera de Olivo 1.5 kg

mikamado.es/accesorios/smokey-olive-wood-olive-chunks-1-5kg

Receta completa en: mikamado.es/recetas/sardinas-espato-kamado

Como afiliado de Amazon, mikamado.es obtiene ingresos por compras que cumplen los requisitos. Sin coste adicional para ti.