MARÍA



PLATOS PRINCIPALES

Dorada rellena en airfryer

30min 1 ración

Ingredientes

- Dorada (o lubina, merluza, etc.)
- Verduras al gusto
- Ajo
- Cebolla
- Pimiento verde
- Tomate
- Limón
- Sal
- Pimienta
- Perejil
- Aceite de oliva virgen extra (aove)

Elaboración

1. Pedir que limpien y abran la dorada por la mitad, y en casa quitarle la espina
2. Limpiar bien la dorada debajo del grifo y secarla un poco
3. Picar en juliana todas las verduras, cortar el tomate en trozos y cortar unas rodajas de limón
4. Poner un poco de aove en la cesta de la airfryer, colocar la dorada, la verdura por encima, salpimentar, añadir perejil y un poco más de aove
5. Cerrar la dorada y colocar encima las rodajas de limón
6. Programar la airfryer a 180° durante 25 minutos

RECOMENDACIONES

Lista en menos de media hora y ensucia muy poco.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de MARÍA
cooknest.app/@easyxbusy · Instagram @easyxbusy