MARÍA



PLATOS PRINCIPALES

Merluza con patatas y verduras

1 ración

Ingredientes

- Cebolla
- Ajo
- Tomate seco y cherrys
- Merluza
- Patatas
- Sal
- Albahaca
- Aove
- Sazonador patatas fritas y salmón-atún

Elaboración

1. Poner aove en la sartén y añadir la cebolla en juliana, dejándola a fuego bajo hasta que empiece a caramelizar
2. Echar el ajo y la albahaca picados, los tomates secos y los cherrys, un toque de sal, poner la tapa y dejar un buen rato a fuego muy bajo removiendo de vez en cuando
3. Pelar y cortar las patatas en bastones, añadir el sazonador de patatas fritas y llevarlas al horno 20 minutos a 190°
4. Colocar la merluza sazonada con el sazonador de salmón y atún rojo y hornear 10 minutos a 200°
5. Emplatar la verdura caramelizada, las patatas y la merluza

Hecho con CookNest

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