

Será por recetas



Mero mediterráneo

Pescados

 4 Personas

 60 Minutos

 Fácil

 Enviada el 23/10/2012

Ingredientes

- 1 kg y medio de mero
- 1 cebolla
- 1 zanahoria
- ¼ de kg de champiñones
- 2 puñados de pasitas de Corinto
- 2 dientes de ajo
- Harina
- Perejil
- Pimienta
- Aceite
- Coñac
- Vino blanco
- Sal

Elaboración

Rebozar el pescado, cortado en rodajas, en la harina para sofreírlo un poco en aceite. Apartarlo en una fuente refractaria al calor.

En el mismo aceite reducido, saltear la cebolla y la zanahoria rallada, junto con los ajos picados.

Cuando estén algo fritos, echar en la sartén 1 cucharada de harina, darle unas vueltas y añadir 1 copa de coñac, 2 vasos de vino blanco y 1 de agua.

Darle vueltas con una cuchara de palo y dejarlo hervir, rectificando la sal y la pimienta y espolvorear el perejil muy picado. Deberá cocer 15 minutos, para espesar bien.

Mientras tanto, cortar los champiñones en lonchas y ponerlos en la fuente donde está el mero.

Verter encima la salsa, adornar con las pasas y meter la fuente al horno caliente unos 10 más. Servir caliente.



Autor receta de Mero mediterráneo

BlueTropical

 50 Recetas publicadas

 Valoración 4/5

 Miembro desde 23/04/2012