



Boquerones en salsa

Descripción

default watermark



Una plato de pescado siempre es bien recibido y si lleva pocos ingredientes, es fácil de preparar y está delicioso! ¡Ni te cuento!

Otras recetas que nos pueden interesar:

[Dorada rellena al horno](#) , [Ragú de boquerones con guisantes](#) , [Tomates rellenos de pasta](#) .

Ingredientes: (Para cuatro o seis personas).

- 1 kg de boquerones limpios y sin espina.
- 1 cebolleta mediana.
- 1 pimiento verde hermoso.
- 2 dientes de ajo grandes.
- 2 tomates grandes y a poder ser maduros.
- 100 ml de vino blanco.
- Aceite de oliva, sal, pimienta y perejil.

Preparaci3n:

Salpimentamos los boquerones y reservamos.

Lavamos el pimiento, retiramos el tallo y las pepitas, troceamos en dados y reservamos. Picamos la cebolleta en dados y reservamos. Pelamos y picamos los ajos menudos y reservamos. Lavamos el tomate, partimos por la mitad, rallamos con un rallador (desechamos la piel) y reservamos.

default watermark



En una cazuela baja y ancha vertemos un chorro de aceite de oliva y pochamos las verduras, excepto el tomate. Hasta que estén blandas, añadimos el tomate rallado, razonamos, removemos y dejamos cocinar durante unos 10 minutos.





Vertemos el vino blanco al guiso, mezclamos bien y dejamos evaporar el alcohol. Incorporamos los boquerones a la cazuela (en cÃrculo). Tapamos y cocinamos un par de minutos, se hacen enseguida. Espolvoreamos perejil.





ÂY listo! Ya tenemos nuestros boquerones al punto para degustar.

Consejo: Es mejor hacerlos de vÃspera, como todos los guisos cogen mejor los sabores.

SÃÂguenos en Facebook: facebook.com/masqpostres
En Instagram: instagram.com/_masqpostres

Mándanos tus recetas, opiniones, sugerencias a nuestro correo: hola@masgpostres.es

Y si quieres recibir al instante nuestras nuevas recetas, suscríbete pinchando en «Suscribir», en la parte superior derecha de nuestro blog o en la inferior si lo haces desde el móvil.

Categorías

1. Pescados y mariscos
2. Recetas sin horno
3. Verduras hortalizas y legumbres

Fecha de creación

mayo 25, 2022

Autor

admin

default watermark