



Lomos de merluza a la marinera

Descripci3n



Esta receta me la ha pasado mi cuÃ±ada, es sencilla de hacer y con el toque de pimentÃ³n estÃ¡ muy rica. La he hecho con merluza, pero se puede hacer con otro pescado, con bacalao fresco tambiÃ©n quedarÃ¡ muy rica.

Ingredientes: (Para cuatro personas).

- 1 kg de merluza en lomos, sin piel ni espinas.
- 2 tomates medianos maduros.
- 1/2 cebolleta mediana.
- 2 patatas medianas.
- 2 dientes de ajo.

- 1 cucharadita de postre de pimentón dulce. Se puede poner picante si os gusta.
- 1 vaso de vino blanco. El que os guste.
-  dem de caldo de pescado. Puede ser casero o comprado.
- Perejil, aceite de oliva, sal, pimienta molida.

Preparación:

Limpiamos el pescado, salpimentamos, troceamos en tacos no pequeños y reservamos.

Picamos de forma menuda y por separado, la cebolleta, el ajo. Reservamos.

Pelamos el tomate y lo picamos en tacos pequeñitos. Reservamos.

Pelamos, lavamos y partimos en rodajas de 1 centímetro de grosor las patatas. Reservamos.

Ponemos a fuego medio una olla baja y ancha con un chorro de aceite de oliva. Cuando se caliente añadimos la cebolleta troceadita, removemos, echamos el ajo, seguimos mezclando, ponemos una pizca de sal y rehogamos hasta que la cebolla est  transparente.



Incorporamos el tomate y dejamos hacer un par de minutos, removiendo de vez en cuando, echamos el pimentón, mezclamos con cuidado para que no se nos queme, porque amarga.



default watermark

Mezclamos todo bien y vertemos el vino blanco, seguimos removiendo hasta que se evapore el alcohol.



Es el momento de añadir las patatas en rodajas, mas o menos del mismo grosor para que cuezan todas al mismo tiempo. Las repartimos por el fondo de la cazuela, seguidamente incorporamos el caldo de pescado, rectificamos de sal y dejamos cocer hasta que las patatas estén hechas. Si vemos que se nos queda un poco seco, podemos añadir mas caldo. Vamos moviendo la olla en vaivén de cuando en cuando.



Sobre el lecho de patatas ponemos los tacos de pescado y dejamos cocer unos 10 minutos, lo justo para que el pescado esté cocido. Se hace pronto. Espolvoreamos con perejil, movemos la olla en vaivén y ¡a comer!



default watermark

¡A disfrutar de este plato!



Consejo: Así como otras veces os aconsejo hacer el guiso de víspera, esta vez no porque lleva patatas y no me gusta como quedan. Lo que sí se podemos hacer es preparar todo el mismo día pero añadir el pescado en el último momento, porque se hace enseguida. Otra opción es hacer la salsa (hasta justo antes de poner las patatas) con antelación.

Visítanos en Facebook: **facebook.com/masqpostres**

En la web: **www.masqpostres.es**

Danos tus opiniones o consultas en el correo: **hola@masqpostres.es**

O si quieres recibir al instante nuestras nuevas recetas, pincha en «Suscríbete» en el margen superior derecho de nuestro blog o en el inferior desde tu móvil.

Categoría

1. Pescados y mariscos

Fecha de creación

enero 10, 2017

Autor

admin

default watermark