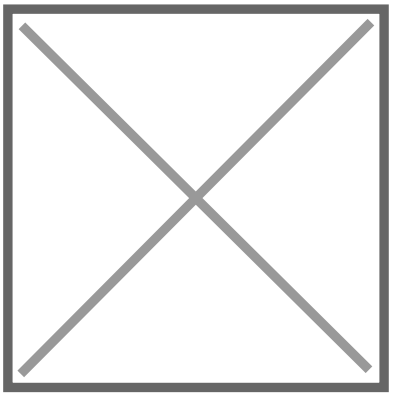
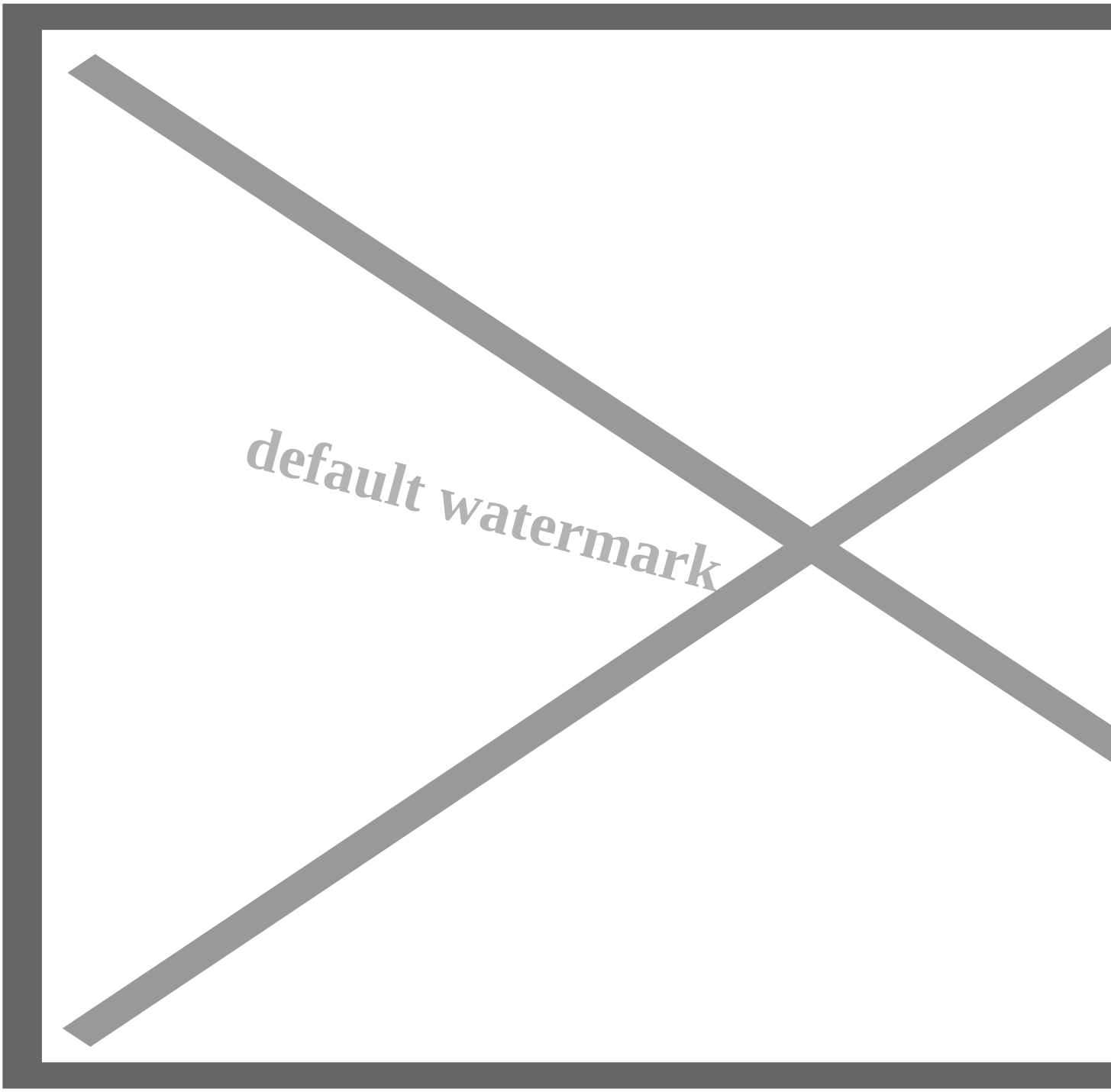


Merluza con salsa de naranja

DescripciÃ³n

default watermark



Lo que mÃ¡s me ha sorprendido de esta receta es que lleve la naranja, porque con el zumo tengo varias. Es muy sencilla de hacer y rÃ¡pida.

La he hecho con merluza, pero podrÃa ser otra variedad de pesado.

Enlaces de otras recetas con naranja o limÃ³n:

SalmÃ³n al limÃ³n , *SalmÃ³n a la naranja* , *Arroz con pollo a la naranja* ,

Pollo asado a la naranja .

Ingredientes: **(Para cuatro personas).**

- 1 kg de merluza en lomos, sin espinas.
- 3 naranjas.
- 1 cebolla mediana.
- Aceite de oliva, sal, pimienta, perejil picado.

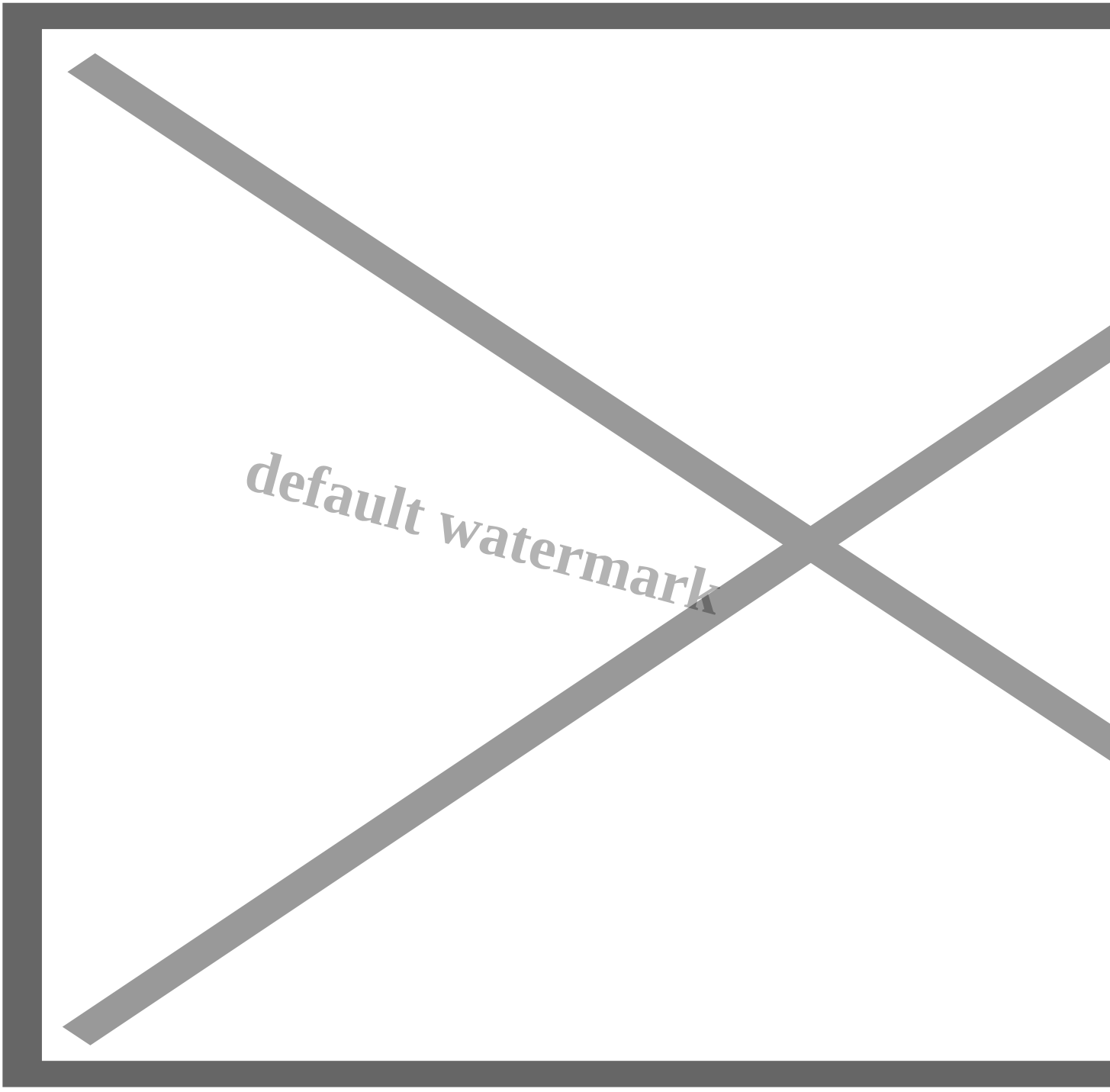
PreparaciÃ³n:

default watermark

Limpiamos el pescado, partimos en tacos al gusto (lo pueden hacer en la pescaderÃa), procurando que sean del mismo tamaÃ±o para que se hagan todos por igual, salpimentamos y reservamos.

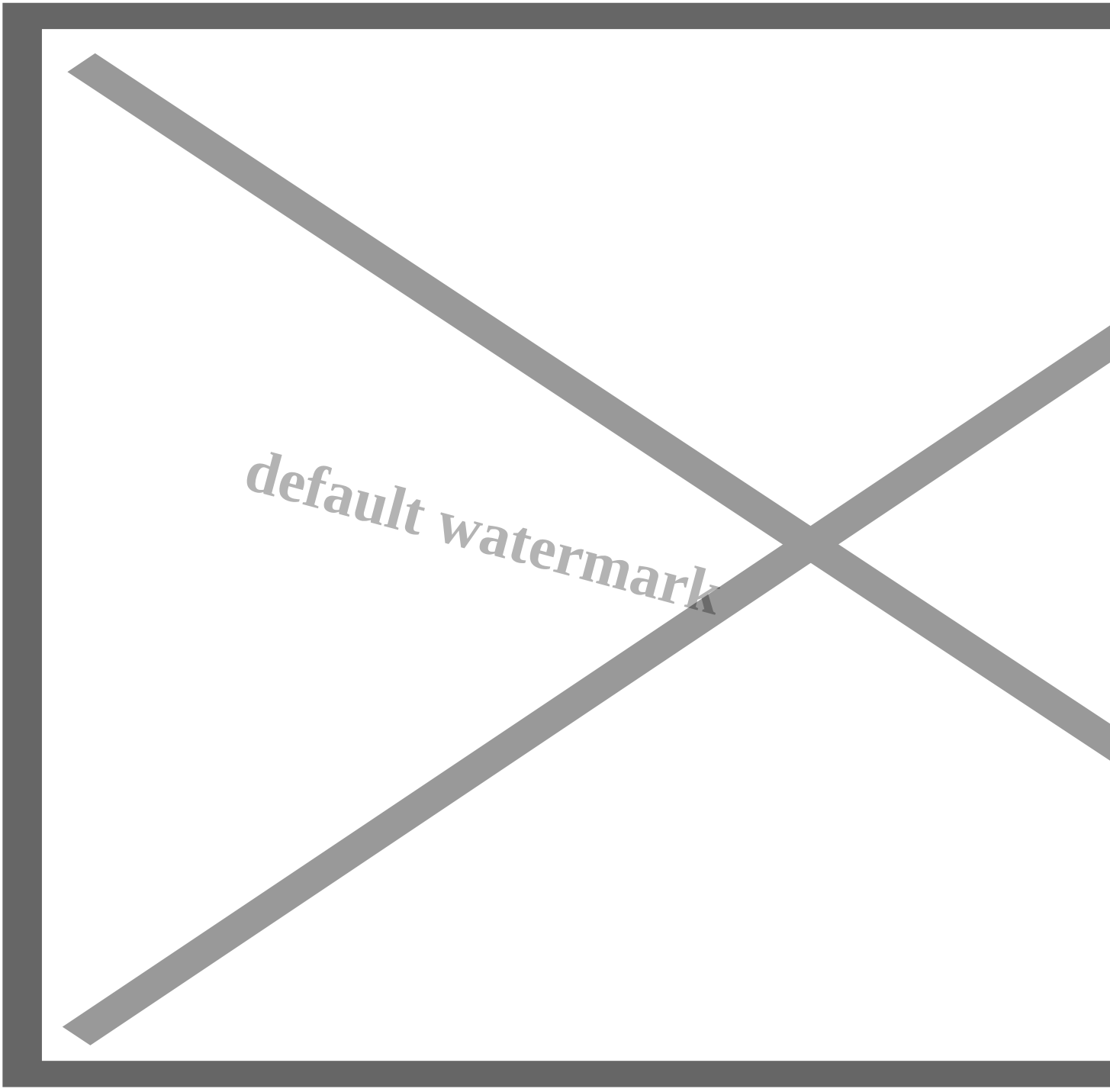
Exprimimos dos de las naranjas, reservamos.

Lavamos bien la naranja restante, cortamos en rodajas no muy gruesas y reservamos.

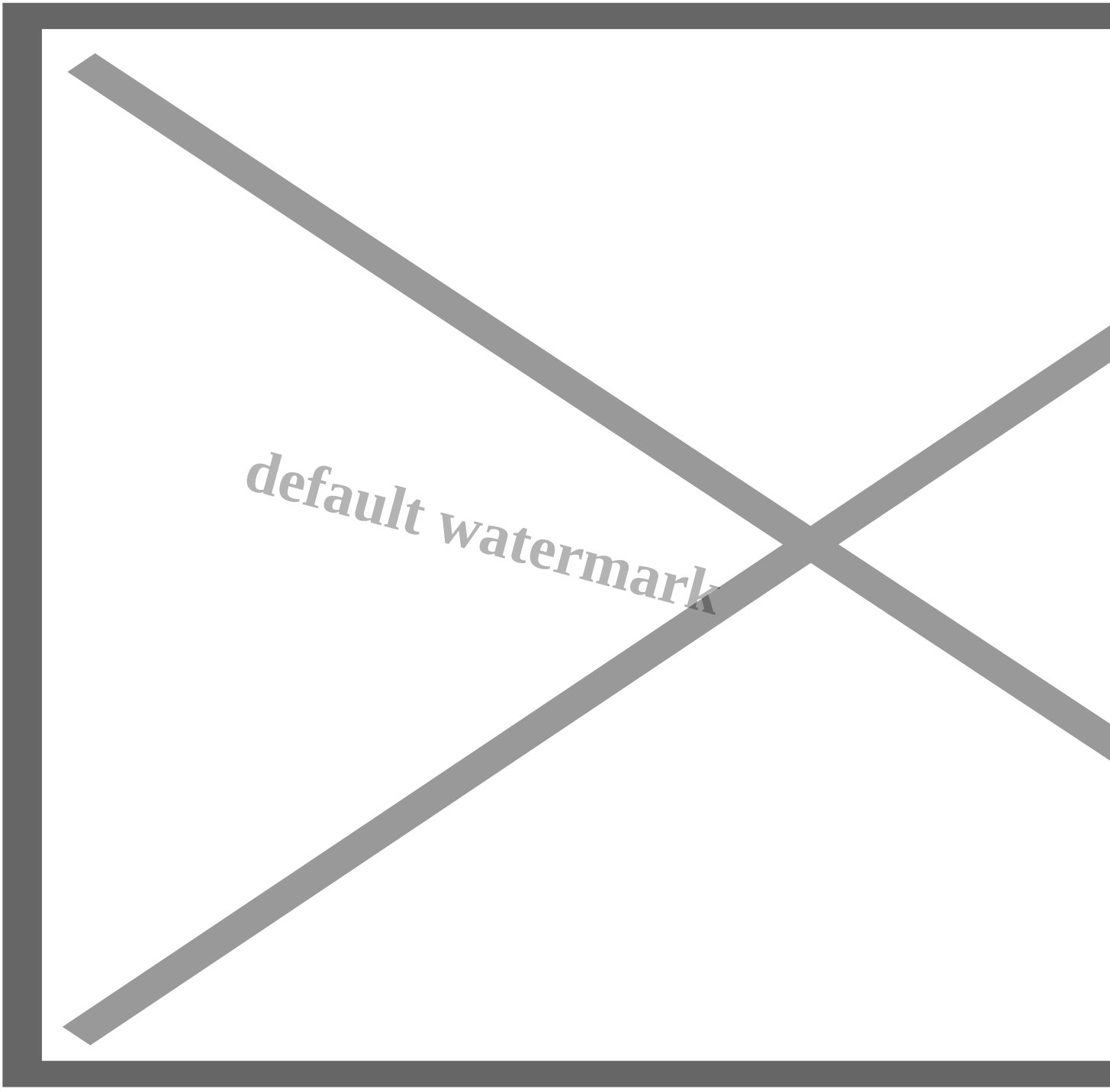


Limpiamos y troceamos en Juliana la cebolla y reservamos.

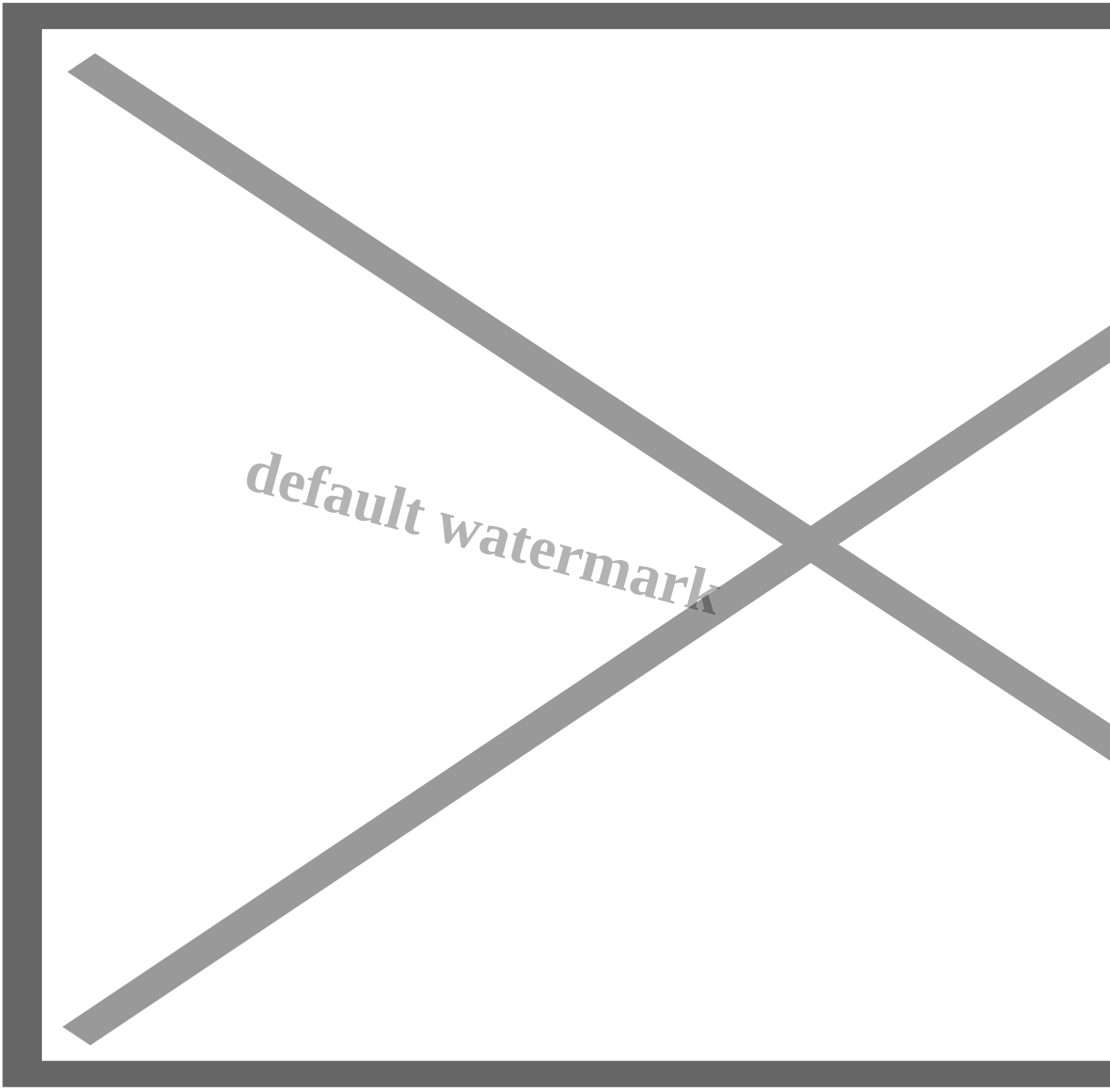
En una cazuela baja y amplia, vertemos un chorro de aceite de oliva, llevamos al fuego y ponemos las rodajas de naranja, damos vuelta y vuelta, retiramos y reservamos.



En la misma cazuela, aÃ±adimos un poco mÃ¡s de aceite y pochamos la cebolla.

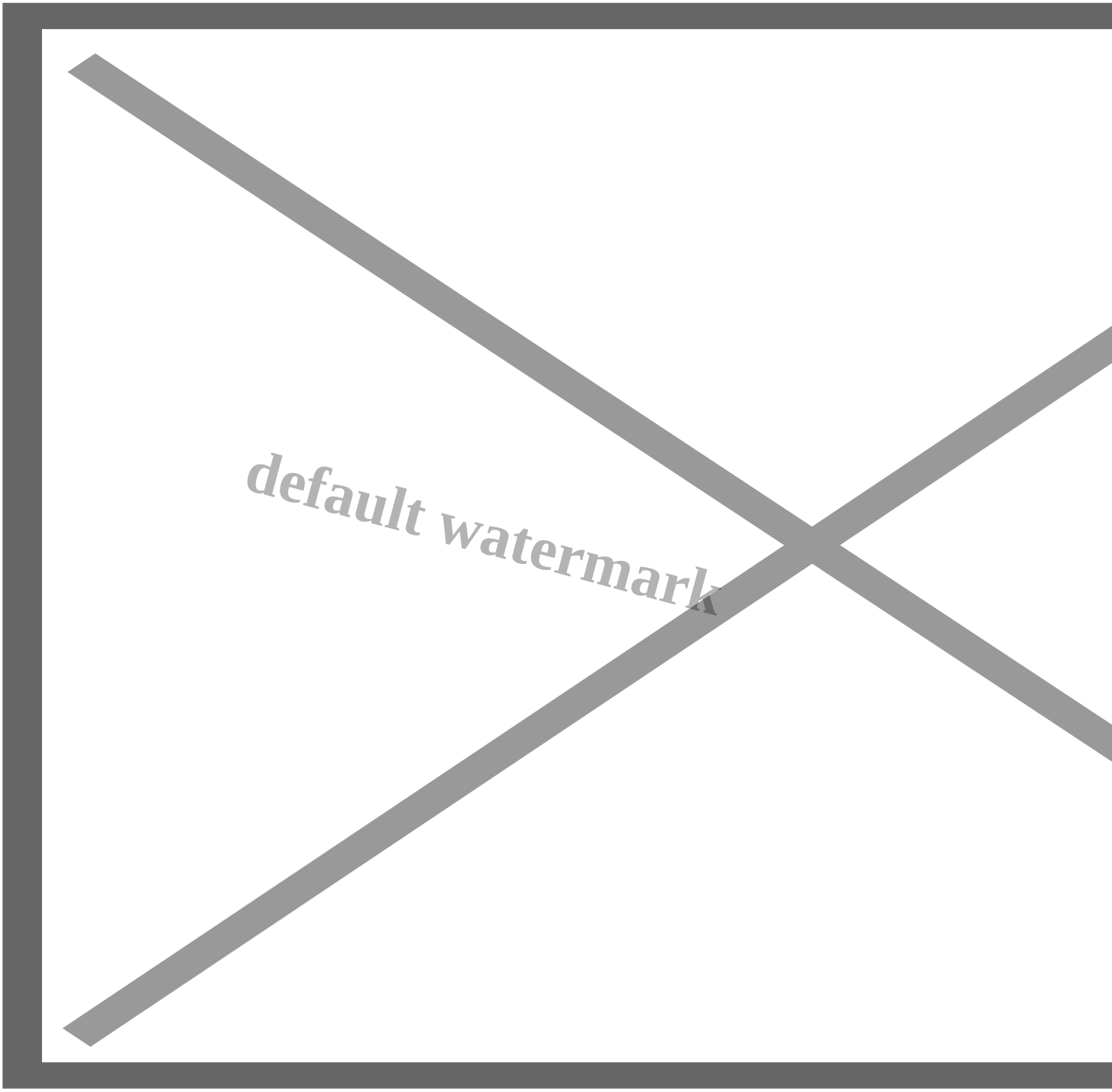


Dejamos dorar, sazonamos y vertemos el zumo de la naranja.



Cocinamos un par de minutos e incorporamos la merluza.

Mantendremos a fuego suave hasta que se nos haga el pescado, moveremos la cazuela en vaivÃ©n, rectificamos de sal, espolvoreamos con perejil picado yâ?¦ Â¡BUEN PROVECHO!



Consejo: Se puede hacer con antelaciÃ³n.

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

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

TambiÃ©n puedes mandarnos tus recetas, opiniones, sugerenciasâ?¦

a nuestro correo electrÃ³nico: **hola@masqpostres.es**

Pero si prefieres recibir nuestras nuevas recetas al instante, puedes suscribirte pinchando en Â«SuscrÃbeteÂ», en la parte superior derecha de nuestro blog o desde tu mÃ³vil abajo a la izquierda.

CategorÃa

default watermark

1. Frutas
2. Pescados y mariscos

Fecha de creaciÃ³n
septiembre 10, 2018
Autor
admin