PLATO DE FONDO

MERLUZA AUSTRAL AL HORNO

Valen Mac Auliffe

Ingredientes

- Merluza austral u otro pescado, cantidad necesaria
- Salsa de soya, cantidad necesaria
- Pimienta limón, a gusto
- Aceite de sésamo, poca cantidad
- Mostaza tipo Dijon, cantidad necesaria
- Pimentón amarillo, cantidad necesaria
- Tomates cherry, cantidad necesaria
- Cilantro, cantidad necesaria
- Ralladura de cáscara de limón
- Mermelada de pimentones, cantidad necesaria

Preparación

- Pon el pescado en una fuente para horno.

- Agrega soya, pimienta limón, un poco de aceite de sésamo, mostaza Dijon, pimentón amarillo, tomates cherry, cilantro, ralladura de limón y mermelada de pimentones.

- Lleva al horno a 250 °C con calor arriba y abajo hasta que el pescado esté listo. El tiempo dependerá del tipo de pescado, su tamaño y la cantidad.

- Vigila la cocción para evitar que se seque; la receta original recomienda revisar y volver a meter al horno si todavía está crudo.

