

Receta de Merluza con Patatas y Mejillones

28 Abr 2017



Buenos días a tod@s, para hoy os dejo una rica receta de pescado que ya sabemos que debe estar presente en nuestra dieta, esta es una receta que queda estupenda y además es muy fácil de preparar, espero que os guste esta **Merluza con Patatas y Mejillones**.

Ingredientes

- Lomos de merluza (cinco o seis)
- Patatas (dos o tres grandes)
- Mejillones (diez o doce)
- Cebolla (una mediana)
- Pimiento rojo o verde (uno)
- Tomate (uno)
- Vino blanco (un vasito)
- Ajos (uno o dos dientes)
- Tomate frito (una cucharada)
- Caldo de pescado (un vaso)
- Aceite de oliva
- Laurel
- Perejil
- Sal

Modo de Preparación

1. Cocer las patatas cortadas en trozos gruesos en agua con sal, cuando estén cocidas reservarlas
2. Preparar una cacerola con un poco de aceite de oliva, hacer un sofrito con la cebolla, el ajo, el pimiento y el tomate
3. Cuando esté bien pochado, añadir el vino y dejar que evapore un poco, después echar el tomate frito
4. Abrir los mejillones cociéndolos en un cazo con un vaso de agua y sacarlos de la concha, colar el agua de cocerlos
5. Mezclar el caldo de pescado con el de cocer los mejillones y añadirlo a la cacerola
6. Echar las patatas ya cocidas, los mejillones y los lomos de merluza y dejar que cueza todo durante unos cinco minutos
7. Espolvorear con perejil picado y ajustar la sal
8. Servir caliente y...buen provecho!!!

