Receta de Pastel De Pescado En Microondas

22 Abr 2014

Buenos días a tod@s, para hoy viernes os dejo una recetita de pescado, es muy fácil y rápida de preparar y espero que sea de vuestro agrado.

Ingredientes

- Filetes de merluza (dos filetes)
- Palitos de cangrejos (ocho)
- Atún en aceite (dos latas)
- Tomate frito (dos o tres cucharadas)
- Huevos (tres frescos)
- Nata líquida (un brik de 100ml.)
- Cebolla (una mediana)
- Aceite de oliva
- Sal y Pimienta

Modo de Preparación

1. Picar la cebolla finita y refreír en un poco de aceite de oliva, dejar que se poche bien
2. Añadir los filetes de merluza bien desmenuzados, los palitos de cangrejo picados, el bonito, la nata líquida, un poco de sal y pimienta
3. Batir los huevos y añadirlos a la masa, poner el tomate frito y mezclar bien todo
4. Volcar la masa en un molde para microondas y ponerlo a máxima potencia unos cinco o seis minutos o hasta que se vea que está hecho
5. Decorar a vuestro gusto y servir templado y...buen provecho!!!