

Receta de Pescado con Calabacín Gratinado

18 Mayo 2015



Buenos días a tod@s, espero que hayáis pasado unas estupendas Fiestas y Ferias de San Isidro, y para hoy lunes empezamos la semana con un plato de pescado con verdura que es muy sano y resulta un plato estupendo para degustar en familia.

Ingredientes

- Lomos de merluza congelados (500grs o más según comensales)
- Salsa de tomate estilo casera (100grs)
- Perejil picado (una cucharada)
- Mayonesa casera
- Calabacín (uno o dos)
- Limón (el zumo de uno)
- Pimienta blanca
- Sal

Modo de Preparación

1. Descongelar el pescado, ponerle un poco de sal, pimienta y un chorrillo de zumo de limón
2. Precalentar el horno a 180°
3. Lavar y cortar el calabacín con piel en rodajas finas
4. En una fuente de horno, poner la salsa de tomate en el fondo
5. Colocar los lomos de merluza sobre la salsa de tomate
6. Cubrir el pescado con las rodajas de calabacín
7. Mezclar el perejil con unas cucharadas de mayonesa y extenderlo por encima del calabacín
8. Meter al horno precalentado y mantener unos doce o quince minutos
9. Servir caliente y.....buen provecho!!!