

Receta de Lubina Rellena al Cava

03 Ene 2017



Buenos días a tod@s, para hoy os dejo esta rica receta de pescado, la lubina es uno de los pescados que tiene una gran variedad de minerales, tales como el yodo, el fósforo, el potasio y el magnesio, por eso es un pescado excelente para toda la familia, espero que os guste esta **Lubina Rellena al Cava**.

Ingredientes

- Lubinas de ración (cuatro o más, según comensales)
- Cebolletas (dos)
- Champiñones (200grs)
- Jamón (dos lonchas)
- Patatas pequeñas (seis o siete)
- Cava (un vaso)
- Aceite de oliva
- Sal
- Pimienta negra
- Perejil

Modo de Preparación

1. Pelar las patatas y ponerlas a cocer con agua hirviendo y sal unos diez o doce minutos, escurrir y reservar
2. Picar una cebolleta y ponerla a pochar en una sartén con un poco de aceite de oliva, después añadir el jamón en taquitos y rehogar
3. Añadir los champiñones lavados y cortados en láminas y poner sal y pimienta al gusto, dejar unos diez o quince minutos hasta que se dore el champiñón
4. Quitar la cabeza y la espina central a las lubinas y abrirlas, repartir el salteado de champiñones y cerrar las lubinas con una red o hilo de cocina
5. Poner el horno a calentar a 220°
6. Colocar las lubinas en una fuente o bandeja de horno y rociarlas con un chorrito de aceite y el vaso de cava e introducirlas dentro durante unos quince minutos
7. Mientras tanto, picar la otra cebolleta y dorar en una sartén con un chorrito de aceite, añadir las patatas y saltearlas, después echar el jugo que hayan soltado las lubinas y cocinar a fuego fuerte para que reduzca el líquido, espolvorear con perejil picado
8. Quitar el hilo o la red de las lubinas y colocar en cada plato acompañadas de las patatas y....buen

Lubina Rellena al Cava

Publicado en Mis Recetas Caseras (<https://www.misrecetascaseras.com>)

provecho!!!
