Brótola a la crema

Nombre de la receta

Brótola a la crema

Tiempo

40 Minutos

Dificultad

Sencilla

Personas

4

Alérgenos

Pescado

Leche

Descripción

Brótola a horno con patatas y crema

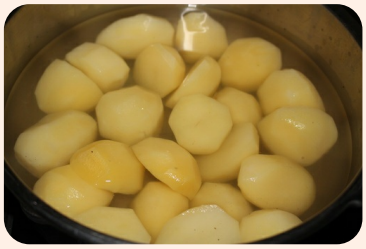
Ingredientes

- 800 gramos de filetes brótola
- 1 cebolla mediana
- 1 pimiento morrón pequeño
- 300 mililitro de nata para cocinar
- 600 gramos de patatas
- 1 cucharadita de perejil picado

- al gusto de sal
- al gusto de pimienta

Pasos

1 Para realizar nuestra receta pondremos a hervir las patatas una vez peladas en una olla rápida. Si son pequeñas con 5 minutos a partir de que empiece a silbar será suficiente.



2 A continuación ponemos 2 cucharadas de aceite en una sartén y pochamos la cebolla cortada en juliana y el pimiento en trozos.

3 Cuando esté pochado lo anterior lo colocamos sobre una bandeja de horno y hacemos una cama para colocar los filetes de pescado. Salpimentamos a nuestro gusto.

4 Colocamos el pescado en el horno unos 20 minutos a 180 grados. Mientras el pescado está en el horno preparamos la crema de leche salpimentándola al gusto y la mezclamos bien.

5 A los 20 minutos sacamos el pescado del horno y añadimos las patatas alrededor. Si son grandes las partimos por la mitad o en 3 trozos.

6 Vertemos la nata por encima del pescado y las patatas y volvemos a meter en el horno hasta que la

nata burbujee.

7 Sacamos del horno, echamos por encima el perejil picadito y ya tenemos listo nuestro rico pescado a la crema.

Observaciones o consejos

Esta vez lo hemos hecho con brótola, pero se puede hacer con cualquier pescado en filete como por ejemplo rosada, gallo, lenguado, etc...

Autor

Matilde Linares