

Dorada a las especias de Egipto



Nombre de la receta

Dorada a las especias de Egipto

Tiempo

45 Minutos

Dificultad

Sencilla

Personas

3

Alérgenos

Pescado

Descripción

Dorada al horno sobre base de patatas panadera con especias para pescado egipcias

Ingredientes

- 3 doradas de ración
- 2 patatas medianas
- 1 pimiento rojo
- 1 cebolla
- 250 centilitros de aceite para frerir
- 4 cucharadas soperas de aceite de oliva
- al gusto de especias egipcias

- al gusto de sal

Pasos

1 Para preparar nuestra receta en primer lugar haremos las patatas panadera. Pelamos las patatas y las cortamos en rodajas no demasiado finas. Igualmente cortamos en juliana la cebolla y el pimiento en tiras. Ponemos el aceite en una sartén y freímos a fuego medio las patatas con el pimiento y la cebolla previamente saladas al gusto. Cuando estén medio hechas, las pasamos a una bandeja para horno.



2 Con las doradas abiertas y bien limpias, pasamos a salarlas ligeramente y espolvoreamos las especias a nuestro gusto. No hay miedo de pasarse puesto que no es un sabor fuerte.



3 Doblamos las doradas, las regamos con un hilo de aceite de oliva y volvemos a añadir un poco de especias. Metemos al horno a 180 grados hasta que el pescado esté hecho. En mi horno han sido 20 minutos pero probablemente necesite menos en hornos más pequeños. Ya tenemos preparado nuestro rico plato de pescado con unas especias distintas.



Observaciones o consejos

Las especias de pescado son de Egipto auténticas. ¡Gracias Ana cuñada! Tienen un sabor buenísimo

Autor

Matilde Linares