

Dorada al horno con limón



Nombre de la receta

Dorada al horno con limón

Tiempo

30 Minutos

Dificultad

Muy sencilla

Personas

2

Alérgenos

Pescado

Descripción

Dorada al horno con aliño de limón, aceite, sal y pimienta.

Ingredientes

- 2 doradas limpias
- 50 mililitro de vino blanco
- 50 mililitro de aceite de oliva

- al gusto de sal
- al gusto de pimienta
- 2 limón

Pasos

1 Para preparar nuestra dorada al horno necesitamos hacer un buen aliño con limón. Para ello en un recipiente, echamos 50 mililitros de vino blanco (un cuarto de vaso), 50 mililitros de aceite de oliva, el zumo de medio limón, una pizca de sal y otra pizca de pimienta negra y lo removemos bien. Si creemos que va a quedar soso, echaremos un poco más de sal puesto que esta será la única que lleve el plato. Mientras hacemos el aliño, ponemos el horno a precalentar a 180 grados.

2 A continuación, cogemos una bandeja de horno y ponemos las doradas limpias en ella. En esta ocasión hemos dicho que nos la limpien en la tienda para evitar tener que hacerlo nosotros. Las aliñamos bien repartiendo el aliño por la bandeja y por el pescado. Cortamos el limón que nos queda en rodajas y lo introducimos en el pescado abierto. Cerramos el pescado y lo metemos en el horno a 140 grados.



3 El tiempo de horneado depende un poco del horno que se use. En esta ocasión se ha horneado 10 minutos por un lado y después se le ha dado la vuelta otros 10 minutos aunque no es necesario voltearlo. Una vez a nuestro gusto, ya podemos sacar y servir nuestra rica dorada.

Observaciones o consejos

Si optamos por no limpiar ni abrir las doradas, debemos hacerles unos cortes en el lomo e introducir en ellos el aliño además de unas rodajas de limón.

Autor

Juan Manuel Jurado