Lubina al horno con refrito

Nombre de la receta

Lubina al horno con refrito

Tiempo

40 Minutos

Dificultad

Sencilla

Personas

2

Alérgenos

Pescado

Descripción

Lubina a la espalda asada con refrito de ajo y cebolla

Ingredientes

- 2 lubinas de ración
- 1 cebolla
- 4 dientes de ajo

- 1 cucharadita de pimentón dulce
- 2 cucharadas soperas de vinagre
- 6 cucharadas soperas de aceite de oliva
- al gusto de sal

Pasos

1 Para preparar la lubina, en primer lugar prepararemos el sofrito. Para ello, cortaremos la cebolla en juliana y los ajos laminados o en bastoncillo si les hemos quitado el tallo central.

2 En una sartén, ponemos 4 cucharadas de aceite de oliva y pochamos la cebolla añadiéndole un poco de sal.

3 Cuando la cebolla está frita, la sacamos escurriéndole el aceite en un colador. Pasamos a dorar los ajos en el mismo aceite y los reservamos.

4 En el aceite que ha quedado, ponemos el pimentón y el vinagre. En cuanto hierva un momento lo apartamos.

5 Por otra parte, salamos al gusto la lubina y la ponemos a asar en un asador con dos cucharadas de aceite y con la piel hacia arriba. Las tenemos unos minutos para que la carne de la lubina se dore.

6 A continuación las ponemos en la bandeja de horno, esta vez con la piel hacia abajo.

7 Por último, extendemos por arriba la cebolla y el ajo refritos junto con la mezcla de aceite, pimentón y vinagre. Las ponemos al horno sobre un cuarto de hora aproximadamente y ya la tenemos preparada y lista para servir.

Observaciones o consejos

No hay observaciones o consejos.

Autor

Celia Ruiz Linares