

Merluza a la marinera con chirlas



Nombre de la receta

Merluza a la marinera con chirlas

Tiempo

40 Minutos

Dificultad

Sencilla

Personas

3

Alérgenos

Gluten Pescado Moluscos Sulfito

Descripción

Merluza con salsa a la marinera y chirlas

Ingredientes

- 3 merluza de ración
- 200 gramos de chirlas
- 1 cebolla mediana
- 3 dientes de ajo

- 3 tomates rallados
- al gusto de perejil
- 1/2 vasos de vino blanco
- al gusto de sal
- 150 mililitro de aceite de oliva virgen extra
- 100 gramos de harina de trigo

Pasos

1 Para realizar nuestra receta en primer lugar salaremos ligeramente nuestros trozos de merluza sin espinas. En este caso es merluza congelada. En un sartén ponemos el aceite y freímos ligeramente los trozos de merluza enharinados por ambos lados. Sacamos y reservamos.



2 En una sartén de base ancha ponemos 3 cucharadas de aceite y añadimos los ajos muy picados. En cuanto empiecen a dar olor sin que lleguen a dorarse añadimos la cebolla bien picada.



3 Cuando la cebolla está pochada, añadimos el vino y esperamos un par de minutos a que evapore el alcohol.



4 Ahora añadimos el tomate rallado. En este caso son tres unidades de tomate pera que son más pequeños.



5 Añadimos un poquito de sal y dejamos que se fría el tomate durante unos 10 minutos aproximadamente a fuego bajo.



6 Cuando el tomate está a nuestro gusto añadimos un vasito de agua e introducimos la merluza y tapamos para que se vaya haciendo a fuego suave.



7 Pasados unos 8 minutos, añadimos las chirlas. Tapamos y esperamos a que se abran todas.



8 Una vez que se han abierto las almejas espolvoreamos un poco de perejil picado y ya tenemos nuestro plato listo para servir.



Observaciones o consejos

Si tenemos caldo de pescado, lo añadiremos en lugar del agua.

Autor

Matilde Linares