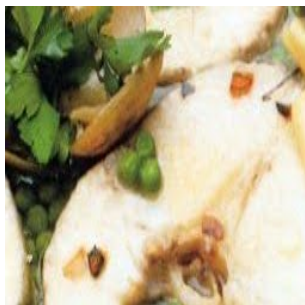


Merluza a la vasca

por abuelamari



Información

Dificultad: Fácil

Comensales: 4

Precio: Media

Tipo de plato: Principal

Ingrediente principal: Pescado

Temporada: Todo el año

Técnica: Estofado / Cocido / Hervido

País: España

Ingredientes

4 rodajas de merluza
500g de almejas
200g de guisantes
200g de puntas de espárragos
1 taza de caldo de pescado
3 ajos
4 cucharadas de aceite
1 cucharada de harina
Perejil
Sal

Preparación

- En una fuente de barro, calentamos el aceite y freímos los ajos picados hasta que se doren. Salamos el pescado y espolvoreamos con harina.
- Echamos la merluza a la cazuela y la doramos por los dos lados. movemos con movimientos vaivén y agregamos la mitad del caldo.
- Añadimos las almejas, los guisantes cocidos, los espárragos y el resto del caldo. Dejamos hasta que comience a hervir.
- Cococemos 5 minutos para que se abran las almejas.
- Añadimos el perejil, y volvemos a mover la cazuela. Servimos.

<http://www.recetasyvinos.com/receta/1045123/merluza-a-la-vasca/>