



RECETAS SALUDABLES

Pescado al ajo y limón



INGREDIENTES (2 PERSONAS)

- 300g. de pescado en filetes (el que más nos guste, para calcular el precio hemos elegido merluza)
- 1 limón
- 4 o 5 dientes de ajo
- Aceite de oliva
- Sal

ELABORACIÓN

1. Cocina el pescado elegido a la plancha (salmón, merluza, filete de merluza ultracongelado, pescadilla...) Se reserva.
2. Cortar 4-5 dientes de ajo a láminas o picado y se sofríen con una cucharada de aceite hasta que estén dorados sin que lleguen a quemarse.
3. En este punto añadir el jugo del limón exprimido.
4. Añadir el resultado por encima del pescado una vez hecho a la plancha.
5. Se recomienda acompañar con una ensalada.

PRECIO
(APROXIMADO PERSONA)

1,36 €