

# Lenguado con crujiente de almendras



**Recetízate**  
Las recetas que hablan de ti  
[www.recetizate.com](http://www.recetizate.com)

**Creador:** Flor Roja **Recetizador:** consuelo ruso m



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Segundo plato

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Casera

**Coste:** Medio

## Descripción:

Un delicado lenguado con crujiente de almendras, horneado en salsa de mostaza, limón y perejil. Un plato muy apropiado para celebraciones y días especiales.

## Ingredientes para 4 personas :

- - 4 piezas de lenguado de ración
- - 1 puñado de almendras
- - 1/2 limón
- - 1 cucharadita de maicena
- - Perejil
- - Mostaza - Pimienta
- - Aceite de oliva - Sal

## Preparación:

### Paso 1

Primero vamos a poner una cacerolita al fuego con el zumo del medio limón, una chispita de mostaza, 125 mililitros de agua, sal, pimienta y la maicena. Removemos muy requetebien, hasta que todo quede diluido y dejamos cocer, a fuego muy lento, durante cinco minutos. Cogemos una bandejita de horno y la engrasamos con un poquito de aceite de oliva. Repartimos los cuatro pescados sazonados y le añadimos la salsa por encima.

### Paso 2

Metemos los lenguados con crujiente de almendras, que aún no llevan almendras, en el horno, precalentado a

*200°C y dejamos que se horneen durante diez minutos .Sacamos del horno y rociamos por encima las almendras troceadas y un puñadito de perejil picado. Metemos en el horno de nuevo, pero esta vez unos minutos para gratinar y ya podemos servir el lenguado con crujiente de almendras.*