

Lenguado con crujiente de almendras



Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Flor Roja **Recetizador:** tania Segura



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.