

Creador: Recetízate **Recetizador:** Daniel Olmedo M



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Segundo plato

Tipo de cocina: Baja en calorías

Otros: Cocina Saludable

Coste: Económico

El truco de esta receta:

Tener cuidado de no cocinar en exceso para que no quede el pescado reseco.

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 1 K de Dorada
- 2 Cebollas
- 250 ml de Cerveza
- 4 cucharadas de Aceite de oliva
- Sal
- Pimienta blanca molida
- Cilantro

Preparación:

Paso 1

Limpiar, lavar y sazonar la dorada.

Paso 2

En un recipiente apto para microondas, poner el aceite, las cebollas laminadas, sal y pimienta.

Paso 3

Tapar y cocinar en el microondas a máxima potencia unos 8 o 10 minutos aproximadamente, hasta que la cebolla esté blanda.

Paso 4

Incorporar la cerveza, remover y poner encima la dorada. Tapar y cocinarla durante 8 o 10 minutos a potencia máxima. Darle la vuelta, tapar y volver a cocinar a máxima potencia unos 6 minutos más o hasta que veamos que el pescado está en su punto.

