

# Budin de pescado y manzanas (Microondas)



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

**Creador:** Flor Roja **Recetizador:** Mary mer



**Tiempo:** 1h y 15min

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Segundo plato

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Moderna

**Coste:** Económico

## Descripción:

## Ingredientes para 4 personas :

- 1/2 de pescsdo al gusto
- 1 pimiento morrón picado
- 2 ajos picados
- 1 manzana verde
- 2 cucharadas de zumo de limón
- 3 huevos
- ½ taza de nata líquida,
- ½ taza de pan rallado
- ¼ taza de vino blanco
- 1 cucharada de aceite
- sal, pimienta y nuez moscada

## Preparación:

### Paso 1

Mezclar el pescado en crudo y picado con el morrón, el ajo, la manzana pelada y picada, el zumo de limón, los huevos batidos, la nata, el pan rallado, el vino blanco, el aceite, sal, pimienta y nuez moscada. Unir todo bien y verter en un molde para microondas, previamente untado de mantequilla. Llevar al microondas y cocinar en máximo aproximadamente 10 minutos. Cubrir y dejar reposar. Desmoldar luego y servir con mayonesa o salsa rosa.