

Budin de pescado y manzanas (Microondas)



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

Creador: Flor Roja **Recetizador:** Isabel Lorenzo



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.