

Truchas con salsa de mostaza



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

Creador: Monónimo **Recetizador:** Isabel Lorenzo



Descripción:

Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Segundo plato

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Casera

Coste: Económico

Ingredientes para 4 personas :

- 4 truchas
 - 400 g de patatas
 - 50 g de mantequilla
 - 1/2 dl de leche
 - 1/2 dl de vino blanco
 - 1 cucharada de Maizena
 - 4 cucharadas de mostaza antigua
 - Aceite de oliva
 - Cebollino
 - Perejil
 - Sal
-

Preparación:

Paso 1

Salpimentar las truchas y poner en una fuente para microondas. Añadir un poco de mantequilla por encima y tapar con papel film. Cocinar cinco minutos a máxima potencia. Reservar en una fuente. Preparar la salsa mezclando la mostaza, el vino, la Maizena y el jugo que haya soltado el pescado. Cocinar dos minutos a máxima potencia. Retirar la salsa, añadir la leche y batir bien con unas varillas. Asar las patatas en el microondas (previamente pinchadas). Acompañar las patatas asadas con perejil picado, aceite de oliva y sal. Presentar la trucha en filetes con su salsa, cebollino picado y la patata asada.