Truchas con salsa de mostaza

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

Creador: Monónimo

Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Segundo plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Casera
Coste: Económico

Descripción:

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.