Dorada asada con salsa de limón

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

Creador: Irene Delafú **Recetizador:** Carlos Santana



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

Descripción:

Ingredientes para 2 personas :

- 1 dorada de 500 g
- 1/2 calabacín
- 1 puerro
- 1 zanahoria
- 1 cebolleta
- 4 cucharadas de fumé de pescado
- 1 copa de vino blanco
- El zumo de 1 limón
- 1 yema de huevo
- Agua
- Perejil picado
- Aceite de oliva
- Sal

Preparación:

Paso 1

Desloma la dorada y haz un caldo con las espinas del pescado, agua y una rama de perejil. Cuela y reserva. Sazona los lomos de la dorada y agrégales un chorrito de aceite. Fríe el pescado unos minutos antes de servir. Para la salsa, rehoga en el aceite la cebolleta picada, añade la harina, fríe, e incorpora el vino blanco y el caldo de pescado. Mezcla con una varilla todos los ingredientes. Una vez que engorde la salsa, agrega el zumo de 1/2 limón, la yema de huevo, y el perejil picado. Corta en tiras alargadas el calabacín, la zanahoria y el puerro. Saltéalos en una sartén con un poco de aceite y sazónalos.