Merluza al horno

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

Creador: Pedro Galán Be



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

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- patatas
- 2 tomates
- 2 cebollas
- sal
- 1 chorrito de vino blanco
- aceite de oliva
- 1 merluza

Preparación:

Paso 1

Pedimos en la pescadería que nos limpien la merluza, le quitarán las escamas, las tripas...pero que la dejen entera. La lavamos un poco y ponemos en la bandeja del horno sobre una cama de patatas cortadas en rodajas finas. Esta vez he utilizado patatas de guarnición ya que en esta época hay en el mercado unas estupendas, las he cortado por la mitad y antes las he hecho un poco en el microondas, unos 5 minutos y luego he puesto alrededor de la merluza. Añadimos la cebolla cortada en juliana fina, el tomate rallado, el chorrito de vino, un poco de sal y un chorreón generoso de aceite de oliva virgen extra. Introducimos la bandeja en el horno precalentado a 180º C entre 20 y 30 minutos. A mitad de la cocción me gusta poner sobre la merluza parte del jugo. Debemos comprobar que la merluza y las patatas estén cocinadas pero con cuidado de que no se nos pase el pescado porque entonces podría quedar seco.