MAR Y MONTAÑA

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

Creador: rosa marcos rom

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

Descripción:

DEJAMOS QUE SABOREEMOS LA CARNE CON EL PESCADO Y LOS RESULTADOS SON MUY BUENOS

Ingredientes para 4 personas :

- 500 gramos de lngostinos
- 6 cucharadas de tomate tritrado
- 1 vaso de caldo de pescado
- 1/2 de vino blanco
- 1 cebolla
- 1 cucharadita de sal,aceite,hierbas aromaticas
- 50 gramos de avellanas
- 2 - 1 diente de ajo
- 1 Pan tostado
- 1 pollo

Preparación:

Paso 1

ELABORACION LO PRIMERO,- PONEMOS UNA CACEROLA CON ACEITE Y SOFRÍMOS LOS LANGOSTINOS Y APARTAMOS SEGUNDO -FREIMOS LA PICADA ENTERA, Y LO PICAREMOS EN EL MORTERO A PARTE Y APARTAMOS TERCERO - SOFREÍMOS EL POLLO QUE HEMOS TENIDO ADOBADO CON SAL Y LAS HIERBAS PROVENZALES Y APARTAMOS CUARTO -SOFREIMOS LA CEBOLLA TROCEADA, Y EL TOMATE Y MEZCLAMOS EL VINO BLANCO DEJAMOS UNOS MINUTOS QUINTO-MEZCLAMOS TODO, LA PICADA TAMBIEN AÑADIMOS EL CALDO DE PESCADO Y LO DEJAMOS UNOS MINUTOS Y SERVIMOS