

Libreta: Verduras
Creado: 26/03/2018 21:59
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/ensalada-de-merluza-y-pimientos-asados.html>

Ensalada de merluza y pimientos asados

INGREDIENTES

250 g de lomos de merluza
250 g de pimientos rojos
1 diente de ajo
Sal
Vinagre balsámico de Módena
Aceite virgen extra

PREPARACIÓN

Cocer la merluza en agua con sal, procurando que no se quede blanda. una vez fría, quitar la piel y espinas que queden y deshacer con el tenedor en trozos pequeños.

Asar los pimientos en el horno media hora a 150° . Una vez fríos, quitar las pieles y cortar en tiras

Mezclar la merluza y los pimientos, añadir el ajo picadito y sazonar con la sal, vinagre y una cucharada de aceite.