

GUISADITO DE TERNERA DE MAR

INGREDIENTES:

3 ajos.

70 g de aceite

1 pimiento verde.

$\frac{1}{2}$ Kg. de tomate

1 Kg. de pescado troceado y enharinado.

2 pastilla de caldo de pescado

PREPARACIÓN:

1° Trocear los pimientos 4 segundos, velocidad 3 $\frac{1}{2}$. Reservar.

2° Picar los ajos velocidad 5. Añadir el aceite. Programar 3 minutos, temperatura Varoma velocidad 1.

3° Poner la mariposa. Echar los pimientos. Programar 3 minutos 100° velocidad 1.

4° Añadir el tomate Y la pastilla de caldo Y programar 10 minutos más.

5° Finalmente añadir el pescado y programar 7 minutos 100°, velocidad 1 .
Reposar.