

Pescado a la mostaza



Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 20min , Tiempo de cocción: 20min

Tiempo total: 40min , Número de porciones: 2

0 Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

Autor: Maria

Url: <https://srecetas.es/pescado-a-la-mostaza>

Preparación

Salpimentar 2 filetes de pescado, rellenar cada uno con 2 cucharadas de puerros saltados en aceite de oliva. Enrollar y colocar en una placa para horno con la unión hacia abajo. Rociar con 2 cucharadas de vino blanco y cocinar durante 10 minutos en un horno precalentado a temperatura media.

Para la salsa, mezclar 2 cucharadas de mostaza, 200 cc. de crema de leche, 100 cc. de vino blanco, sal y pimienta a gusto. Retirar el pescado del horno, verter la salsa sobre el pescado y terminar de cocinar durante 5 a 10 minutos más. Acompañar con verduras salteadas. Disfrute! Fuente: Recetas Natura

Ingredientes

- 2 Filetes de pescado
- 2 cucharada/s Puerro picado
- 1 poco Aceite de oliva
- 2 cucharada/s Vino blanco
- 2 cucharada/s Mostaza
- 200 cc. Crema de leche
- 100 cc. Vino blanco
- 1 poco Sal
- 1 poco Pimienta

Categorías

Un día normal, Día Especial, Todo el año, Económico, Pescados y frutos de mar, Rápida, Una cocinera experta, Plato Principal

