



TRUCHA CON LIMÓN Y ROMERO CON MANTEQUILLA DE HIERBAS MEDITERRÁNEOS

INGREDIENTES

- 125 gramos de mantequilla
- 2 dientes de ajo
- 15 gramos de perejil
- 1 cucharada de orégano seco
- 4 aceitunas negras
- 1 cucharada de alcaparras

- 1 limón
- 2 truchas intactos
- 4 ramitas de romero
- 2 cucharadas de aceite de oliva

EXPLICACIÓN

Deja que la mantequilla se vuelva blanda en un cuenco.

Prensa los dientes de ajo sobre el cuenco.

Ralla el limón.

Corta el perejil, aceitunas y alcaparras.

Mezcla todos bueno con un tenedor.

Pon la mantequilla de hierbas y cubrir hasta el uso en un lugar fresco o en el frigorífico.

Divide el limón longitudinalmente en dos y corta las mitades en lonchas.

Rellena la cavidad con lonchas de limón, el lado abombado a exterior. Pon una ramita de romero en las lonchas de limón y cierra las truchas.

Pon una sartén en fuego medio. Rocía aceite de oliva en las truchas.

Pon las truchas en la sartén y fríe las truchas por 8 - 10 minutos hecho. Vuelve al pescado a 4 - 5 minutos.

PLATO PRINCIPAL

2 PERSONAS

TIJD: 25 MINUTOS

MIRA MÁS EN: