Receta de Filetes de Merluza al Horno con Guarnición

24 Oct 2022

Buenos días a tod@s, para hoy os dejo esta estupenda receta de pescado, se trata de unos **Filetes de Merluza al Horno** que seguro que os van a encantar, son muy fáciles de preparar y muy ricos y saludables para toda la familia.

Ingredientes

- Filetes de merluza con piel (dos o más según comensales)
- Patatas (tres o cuatro)
- Pimiento rojo y verde (dos de cada)
- Cebolla (una o dos)
- Ajos (cinco o seis dientes) y perejil picado
- Aceite de oliva
- Sal
- Vino blanco (un vaso)

Modo de Preparación

1. Precalentar el horno a 180º calor arriba y abajo
2. Pelar las patatas y cortarlas en rodajas gorditas, freírlas con un poco de sal en la freidora y reservarlas
3. Lavar los pimientos y cortarlos en tiritas, freírlos unos minutos en la freidora y reservarlos
4. En una sartén con un poco de aceite de oliva, pochar la cebolla cortada en juliana, que quede bien blandita sin quemarse, reservarla escurriendo el aceite
5. Poner papel de horno o papel albal en la bandeja del horno y colocar las patatas, encima la cebolla pochada y después los pimientos
6. Machacar los dientes de ajo con el perejil y un poco de sal, añadir un chorro de aceite y mezclar todo
7. Extender el majado, con ayuda de una brocha, encima de las patatas y colocar los filetes de merluza sobre ellas y untarlos también con el majado
8. Meter al horno precalentado y dejar unos minutos
9. Rociar con el vaso de vino blanco y volver a meter al horno hasta que veáis que está hecha, unos quince o veinte minutos aproximadamente
10. Servir caliente y acompañada de la guarnición de patatas y…buen provecho!!!