

MEDALLONES DE MERLUZA

SOBRE LECHO DE NISPEROS Y CEBOLLITAS TIERNAS



Para 4 personas



INGREDIENTES:

- 1kg. de merluza
- 400 gr. de nísperos
- 500 gr. de cebollitas
- ½ limón
- vino blanco
- cebollino
- perejil
- aceite
- sal

PREPARACIÓN:

Limpiamos la merluza y la hacemos cuatro medallones sazonamos. Pelamos los nísperos los cortamos en juliana le ponemos el zumo de limón y reservamos.

Pelamos las cebollas la cortamos en juliana, picamos el perejil finamente.

En una sartén ponemos el aceite, a continuación echamos la cebolla, dejamos sofreír lentamente, cuando este medio hecha ponemos los nísperos, salteamos durante diez minutos aproximadamente a fuego moderado, poniendo a punto de sal.

A continuación encima de este frito ponemos los medallones de merluza rociamos de vino, tapamos dejamos cocer durante ocho o diez minutos y apartamos.

También podríamos terminar su cocción al horno.

Finalmente mostraríamos los platos poniendo como lecho el sofrito, encima el medallón con unas ramitas de cebollino, perejil espolvoreado por encima y salseado el mismo jugo de la cocción.

