

Pescadito glaseado con chutney de frutas

Tipo de plato: Pescados y Mariscos · Procedencia: Mesacamilla · Autor: Gran Canaria

INGREDIENTES

0

2 cucharada/s	Aceite oliva
2 cucharada/s	Zumo de limón
2 cucharada/s	Chutney mango (Gran Canaria) — o de frutas
1 cucharada/s	Miel
1 cucharada/s	Cilantro — fresco
2 dientes	Ajos — machacados
	Pescado — de carne firme.

ELABORACIÓN

Mezclamos todos los ingredientes menos el pescado.

Colocamos el pescado en una fuente de cristal y ponemos la marinada encima, dejamos como una hora.

Encendemos la parrilla del horno sacamos los filetes de la marinada y los asamos, de vez en cuando con una brocha, mojamos los filetes.

Yo hoy lo acompañaré de unos espárragos a la plancha y unas alcachofas también a la plancha.