

Lampuga al horno (Llampuga al forn)

Tipo de plato: Pescados y Mariscos | Procedencia: Mavillum | Tiempo: minutos |
Dificultad:

INGREDIENTES

0

1 gr Lampuga (Llampuga)

400 gr Patata - cortadas finas

2 gr Aceite oliva

gr Salsa pescado(llampuga)

ELABORACIÓN

Limpiamos la llampuga i la cortamos a lo largo en dos. Eliminamos las espinas, la cabeza y la piel. Sazonamos y cortamos en porciones, las pasamos por harina y las freímos ligeramente. Freímos las patatas y las ponemos en una olla de barro y le, añadimos el pescado. Vertemos el caldo sobre las patatas y el pescado. Lo ponemos al horno 15 minutos. Antes de ponerle el huevo y después lo dejamos un par de minutos en el horno.