

Pescadito glaseado con chutney de frutas

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

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.