

PESCADO EN SALSA DE PIMIENTOS

Ingredientes:

- Filetes de pescado sin espinas.
- 1/2 pimiento rojo.
- 1/2 pimiento amarillo.
- Cebolla pequeña.
- Chorrito de vino blanco.
- Chorrito de leche o bebida vegetal.
- Pimienta y sal.
- Cda aove.



Elaboración:

1. Cocinar los filetes de pescado a la plancha, al vapor o al micro y reservar.
2. Lavar y picar las verduras y rehogar con aove en una sartén.
3. Añadir un poco de vino blanco, sal y pimienta.
4. Triturar las verduras junto a la leche o bebida vegetal.
5. Añadimos la salsa por encima a los pescados.