

Lista de ingredientes para la receta Bandeja de Mar

Ingredientes

- Cebolla 1/2 Unidad
- Albahaca 1 Ramillete
- Langostinos limpios 4 Unidades
- Perejil 1 Ramillete
- Chile sin semillas 1/2 Unidad
- Filets de mero 2 Unidades
- Filets de corvina 2 Unidades
- Aceite De Oliva Cantidad necesaria
- Tomates 2 Unidades
- Ajo 1 Diente
- Ralladura de limón 1 cdita.
- Paprika 1 cda
- Pimienta
- Langostinos enteros 4 Unidades
- Sal
- Salsa Inglesa 1 cda
- Salsa de tomate 1 cda
- Vinagre de vino 2 cdas.
- Vieiras 8 Unidades

Para la guarnición:

- Leche de coco 1/2 Taza
- Cilantro Cantidad necesaria
- Porotos alubia cocidos 1 Taza
- Ajo 1 Diente
- Cebolla Morada 1 Unidad
- Pimienta
- Porotos negros cocidos 1 Taza
- Sal
- Aceite De Oliva