

Lista de ingredientes para la receta Chernia grillada lyonnaise

Chernia

- Aceite De Oliva 3 cdas.
- Filetes de chernia 800 g
- Sal y Pimienta A gusto

Espinaca

- Aceite De Oliva 3 cdas.
- Sal y Pimienta A gusto
- Espinaca 200 g

Papas

- Cebollas 2 Unidades
- Aceite De Oliva 2 cdas.
- Caldo de verduras 3/4 Taza
- Ajo 2 Dientes
- Sal y Pimienta A gusto
- Papas pequeñas 6 Unidades
- Manteca 1 cda.

Salsa

- Jugo de Limón 1/3 Taza
- Alcaparras 50 g
- Albahaca 10 g
- Ajo 2 Dientes
- Sal y Pimienta A gusto
- Aceite De Oliva 1 Taza
- Perejil 10 g
- Menta 10 g
- Vinagre de jerez 2 cdas.