

Lista de ingredientes para la receta Lenguado en papillote

Ingredientes

- Lenguado 4 Filetes
- Pimiento amarillo 1/2 Unidad
- Tomillo A gusto
- Pimiento verde 1/2 Unidad
- Manzana verde 1 Unidad
- Hinojo 1 Unidad
- Sal y Pimienta A gusto
- Zanahorias 1/2 Unidades
- Fumet de pescado 200 cc
- Zanahoria 1 Unidad
- Limon 1 Unidad
- Aceite De Oliva 50 cc
- Puerros 2 Unidades
- Pimiento colorado 1/2 Unidad

Salsa

- Tomillo 1 cda.
- Sal y Pimienta A gusto
- Fumet de pescado 500 cc
- Limon 1 Unidad
- Perejil 1 cda.