Caballa con avellanas



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Sal: A gusto
Caballa fresca: 1 Unidad
Jengibre fresco:
Aceite De Oliva:
Avellanas naturales: 100 g
Chile: 1 Unidad
Menta fresca: 1 Hoja
Orégano fresco: 1 Rama

Preparación de la Receta

Para comenzar

picamos las avellanas y el or&eacute

- Gano
- Pelamos y picamos el *jengibre* y reservamos todo.
- Luego, fileteamos la **caballa** y reservamos.
- A continuación, llevamos al fuego una sartén a temperatura alta con un chorrito de aceite de oliva y cocinamos los filetes de *caballa*, primero por el lado de la piel
- Presionamos ligeramente y con cuidado los filetes con la mano
- Añadimos una pizca de sal.
- Marcamos durante 2 minutos, le damos la vuelta a los filetes y marcamos durante otros 2 minutos
- Retiramos de la sartén y los colocamos en un plato hondo.
- Cubrimos los filetes con las avellanas picadas, el *jengibre* y el *orégano*.
- Cortamos la punta del *chile* en rodajas, sin llegar a las semillas
- Luego, vertemos un chorrito de aceite de oliva y terminamos con una hojita de *menta* fresca.
- Servimos.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/caballa-con-avellanas