# Chernia grillada lyonnaise

Tiempo de preparación: 30 Min

## Ingredientes

### 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.

## Preparación de la Receta

## Papas

- Pele las papas y corte en rodajas de 1 cm de espesor.
- Corte las cebollas en fina juliana.
- Corte el *ajo* en láminas.
- En una *cacerola* de fondo grueso con aceite y *manteca* dore las rodajas de papas con las cebollas y pimienta.
- Agregue el *ajo* y deje *dorar*.
- Vierta el caldo caliente, sal y deje cocinar hasta que las papas estén tiernas.

## Chernia

- Corte la chernia en porciones y realice cortes superficiales sobre la piel
- Condimente las piezas de pescado con sal y pimienta.
- En una sartén caliente con aceite de oliva selle las piezas de pescado comenzando por el lado de la piel.
- Termine la cocción en el horno caliente (180/190º C) durante 4 a 5 minutos.

## Salsa

- Pique el *ajo* y las hierbas.
- Procese el *ajo* con las hierbas, sal, la mitad de *jugo* de *limón*, las *alcaparras*, el *vinagre* y la mitad de aceite.
- Agregue el resto de *jugo* de *limón*, pimienta, continúe procesando.
- Añada el aceite restante y termine de procesar.

## Espinaca

- En una sartén caliente con aceite de oliva saltee las espinacas.
- Condimente con sal y pimienta.

## Presentación

- En el centro de un plato sirva una porción de papas dándole volumen, encima una porción de espinacas, sobre éstas el pescado y rocíe con la salsa.

Consulta la receta original en
**https://elgourmet.com/recetas/chernia-grillada-lyonnaise**