

Dorada con Cuscús de Brócoli y Coliflor

Tiempo de preparación: 22 Min



Ingredientes

Aceite De Oliva: cantidad necesaria

Pimienta: Cantidad necesaria

Ajo: 1 Diente

Mantequilla: cantidad necesaria

Ralladura de 1/2 limón:

Coliflor: 1/2 Unidad

Dorada limpia -los 2 lomos-: 1 unidad

Sal: Cantidad necesaria

Broccoli: 1/2 Unidad

Pimentón de la vera: 1 pizca

Piñones: 1 cda.

Preparación de la Receta

- Con la ayuda de un cuchillo puntilla, retirar la parte exterior del **brócoli** y de la **coliflor** hasta obtener un resultado granulado similar al cuscús.
 - En una olla con agua hirviendo, escaldar durante 30 segundos. Retirar, escurrir y reservar.
 - Salpimentar la dorada y, en un sartén, marcar con unas gotas de aceite y el *ajo* cortado en láminas.
 - Por otro lado, en una sartén con *mantequilla*, unas gotas de aceite y los piñones, *dorar* el cuscús vegetal y aromatizar con ralladura de *limón*.
 - Servir el pescado con el cuscús inmediatamente y disfrutar.
-
- También puedes triturar el *brócoli* y la *coliflor* con un robot de cocina.
 - Evita que el *ajo* se repita en el sofrito quitándole el germen.
 - Para la ralladura de *limón*, evita emplear la parte blanca que es amarga. En cambio, utiliza solamente la capa superior de la cáscara, de tono brillante.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/dorada-con-cuscus-de-brocoli-y-coliflor>