

# Filete de Mero con Ensalada Fresca

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

**Chips de plátano:** 100 grs

**Harina:** 200 grs

**Pan Rallado:** 100 grs

**Huevos:** 2 Unidades

**Mero:** 4 Filetes

## Ensalada

**Aguacate:** 1 unidad

**Cebolla Morada:** 1 unidad

**Tomates:** 2 Unidades

**Vinagreta:** c/n

**Cilantro:** c/n

**Tomate Cherry:** 200 grs

## Salsa

**Azucar:** c/n

**Jugo de Limón:** 2 cdas

**Mayonesa:** 2 cdas

**Sal:** c/n

**Ketchup:** 2 cdas

**Pimienta blanca:** c/n

**Vinagre Balsámico:** 1 cda

## Preparación de la Receta

### Mero

- Moler en mortero los chips de *plátano* y mezclar con pan rallado.
- *Condimentar* los filetes de mero con sal y pasarlos *harina*, luego por *huevo* y por último por la mezcla de pan rallado.
- Freír los filetes en aceite caliente hasta *dorar* y reservar.

## Salsa mayoketchup

- En un bol mezclar matonesa, aceto balsámico, *jugo de limón*, *kétchup* y *condimentar* con sal, pimienta blanca y azúcar.
- Reservar.

## Ensalada

- Cortar tomates en rodajas, tomates cherries en mitades, *cebolla* en juliana, *palta* en cubos y mezclar en un bol.
- *Condimentar* con la vinagreta, sal y *cilantro* picado.

## Armado

- Servir en fuente los filetes de mero con la ensalada y acompañar con la salsa mayoketchup.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/filete-de-mero-con-ensalada-fresca>