Fuente de Mar



Ingredientes

Cebolla de verdeo: 4 Unidades
Limon: 3 Rodajas
Ajo en escamas: c/n
Huevo duro: 2 Unidades
Pimentón: 1 cda
Queso rallado: 1 Taza
Mero: 1 Unidad
Aceite: c/n
Laurel: 2 Hojas
Pan Rallado: 1 Taza
Sal y Pimienta: c/n
Tomate: 2 Unidades

Salsa blanca

Harina: 100 grs
Leche: 1 Litro
Nuez Moscada: c/n
Jugo de cocción de pescado: 1/2 Taza
Mantequilla: 100 grs

Preparación de la Receta

- En una fuente para horno enmantecada, colocar los filets de mero, sal, pimienta, *ajo* en escamas , *laurel*, *cebolla* de verdeo en trozos grandes, rodajas de *limón*, chorrito de aceite de oliva.
- Tapar y cocinar al horno modero por 10 minutos.
- Colocar los filetes apenas cocidos en una bandeja de horno y cubrir con los tomates en rodajas, *huevo* duro picado y agregar los jugos de cocción del pescado a la salsa blanca.
- Cubrir la fuente con la salsa blanca enriquecida y por encima colocar una mezcla hecha con pan rallado, queso rallado y *pimentón*.
- Cocinar en horno precalentado a temperatura moderada 25 minutos o hasta que se haya dorado la superficie
- Servir.

Salsa blanca

- En una olla derretir la *mantequilla* y agregar *harina*, mezclar bien un par de minutos hasta formar un roux.
- Añadir la leche y sin dejar de revolver cocinar hasta obtener la textura deseada.
- *Condimentar* con sal, pimienta, nuez moscada y reservar.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/fuente-de-mar