

Lista de ingredientes para la receta Lenguado con crocante de nueces pecan

Ingredientes

- Nueces pecan 200 grs.
- Lenguado 4 Filetes
- Harina 100 grs.
- Huevos 2 Unidades
- Pan Lactal 2 Rodajas
- Sal y Pimienta A gusto
- Manteca 1 cda.
- Aceite De Oliva 1 cda.

Aceite de cilantro

- Cilantro 200 Cantidad necesaria
- Sal y Pimienta A gusto
- Aceite De Oliva 200 cc

Bebida sugerida

- Vino Viognier

Guarnición

- Sal y Pimienta A gusto
- Ajo Diente
- Espinaca 500 g
- Aceite De Oliva 1 cda.
- Panceta ahumada 150 g

Salsa

- Caldo de verduras 500 cc
- Morrones colorados 2 Unidades
- Sal y Pimienta A gusto
- Echalotte 1 Unidad
- Aceite De Oliva 50 cc

Varios

- Hojas de cilantro