

# Lenguado con salteado de espinacas y camarones

Tiempo de preparación: 20 Min



## Ingredientes

Lenguado: 2 Filetes

Cerveza bien fría: 1 Unidad

Aceite De Oliva:

Harina: 150 g

Cebolla de verdeo: 1 Atado

Colas de camarón limpias: 8 Unidades

Espinacas frescas: 200 g

Sal y Pimienta:

## Preparación de la Receta

### Para preparar la receta de Popietas de lenguado crujientes con salteado de espinacas

- *Gambas* y ajetes

### Para comenzar

- En un bol, mezclar la *harina* con la cerveza sin parar de remover hasta conseguir una textura espesa.
- Después, cortar tiras anchas de los filetes de lenguado, los salpimentar y pasarlas por la mezcla de la *harina* y la cerveza.
- Freír las tiras de pescado en abundante aceite caliente y reservar sobre papel absorbente para evitar el exceso de grasa.
- Por otro lado, *pelar* las cebollas de verdeo y cortarla en trozos de dos centímetros
- Saltearlas en una sartén con un poco de aceite y sal.
- Mientras, *pelar* los **camarones**, dejándoles la cabeza y la cola, y añadirlos a la sartén con la *cebolla* de verdeo
- Cuando los *camarones* estén cocidos, retirarlos.
- Incorporar a la sartén las espinacas y cocinarlas con las cebollas.
- Emplatar las espinacas, las cebollas de verdeo y los trozos de pescado.
- Terminar con los *camarones* y servir.

