

Lenguado con Tostada de Aguacate y Tomates



Ingredientes

Limon: 1/2 Unidad

Tomate: 1 Unidad

Perejil: c/n

Aceite De Oliva: c/n

Lenguado: 1 Unidad

Pan Tostado: 2 Unidades

Sal y Pimienta: c/n

Aguacate: 1 Unidad

Preparación de la Receta

- Troceamos el **aguacate** y el *tomate* en cuadraditos.
- Añadimos abundante pimienta recién molida, sal en escamas y mojamos con unas gotas de *limón*.
- Regamos con un buen aceite y reservamos.
- Untamos las tostadas con aceite y las tostamos en la sartén o en el horno.
- Salpimentamos los filetes de lenguado y los hacemos a la *plancha*.
- Servimos el pescado con las tostadas y sobre éstas, volcamos la ensalada de *tomate* con *aguacate*.
- Terminamos con un poco de ralladura de *limón* y *perejil* picado como toque final.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/lenguado-con-tostada-de-aguacate-y-tomates>