Lista de ingredientes para la receta Lenguado relleno de langostinos con salsa de mejillones

Ingredientes

- Lenguado 4 Filetes
- Aceite De Oliva 5 cdas.
- Langostinos limpios 4 Unidades
- Mejillones cocidos 10 Unidades
- Harina Cantidad necesaria

Salsa

- Cebolla 1 Unidad
- Aceite De Oliva 2 cdas.
- Morrón Verde 1/2 Unidad
- Crema de leche 1 Taza
- Zucchini 1 Unidad
- Morrón Rojo 1/2 Unidad
- Sal y pimienta negra A gusto