

# Merluza a la Mostaza

Tiempo de preparación: 50 Min



## Ingredientes

**Mostaza a la antigua:** 1 cda

**Diente de ajo:** 1 unidad

**Harina:** 1 cda

**Piñones:** 1 cda

**Tomate queso en aceite:** 8 trozos

**Aceite De Oliva:** c/n

**Leche:** 2 Vasos

**Lomo de merluza cortado en 4 trozos:** 1 unidad

**Sal:** c/n

## Preparación de la Receta

- En una sartén poner una cucharada de aceite de oliva y la *harina*.
- Remover unos segundos y agregar la leche, si está templada mejor
- Cocinar hasta que espese y añadir la **mostaza**
- *Sazonar*.
- En una sartén *dorar* el *ajo* laminado en un poco de aceite
- Añadir los tomates picados y los piñones y dejar cocinar un minuto
- Reservar.
- En esa misma sartén cocinar la merluza, si tuviera piel siempre empezaremos por el lado de la piel
- Un minuto aproximadamente por cada lado
- *Sazonar*.
- En un plato poner la salsa de *mostaza*, encima la merluza y terminar con los tomates y los piñones

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/lomo-de-merluza-con-mostaza-tomates-deshidratados-y-pinones>