

Mero al estilo trainera

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Mero

Mero: 600 g

Aceite De Oliva: 4 cdas.

Sal: A gusto

Papas panaderas

Papas: 2 Unidades

Perejil picado: 2 cdas.

Cebolla: 1 Unidad

Aceite De Oliva: 1/2 Taza

Sal: A gusto

Vino Blanco: 1/4 Taza

Pimiento salteado

Aceite De Oliva: 3 cdas.

Morrón Verde: 1 Unidad

Pimientos y tomates asados

Pimiento rojo: 1 Unidad

Aceite De Oliva: Cantidad necesaria

Tomates: 2 Unidades

Sal y Pimienta: A gusto

Tomillo fresco: A gusto

Preparación de la Receta

Pimientos y tomates asados

- Coloque el *pimiento* sobre papel aluminio, bañe con una cucharada de aceite de oliva y condimente con sal y pimienta, envuelva y colóquelo en una placa
- Corte los tomates en cuartos, bañe con aceite de oliva y condimente con *tomillo* y sal
- Colóquelos en la misma placa junto con el *pimiento* y cocine en horno a una temperatura de 180°C durante 15 minutos los tomates y 25 minutos el *pimiento* aproximadamente.

Papas panaderas

- Corte las papas con cáscara en rodajas no muy finas.
- Pele y corte la *cebolla* en juliana.
- Coloque las papas en una placa y báñelas por completo con aceite de oliva, luego espolvoree con la *cebolla*, agregue el vino y el *perejil* picado
- Cocine en horno a una temperatura de 180°C hasta que las papas estén tiernas.
- Retire, escurra sobre papel absorbente y condimente con sal.

Pimiento salteado

- Retire las nervaduras del *pimiento* luego corte en tiras no muy finas.
- En una sartén con aceite de oliva caliente saltee el *pimiento* verde a fuego medio alto hasta *dorar*
- Retire y condimente con sal.

Mero

- Corte el mero en dos trozos de 300g cada uno
- Condimente con sal.
- En una sartén con aceite de oliva caliente dore primero el lado de la piel durante 4 minutos aproximadamente luego cocine el lado de la carne.

Armado

- Pele el *pimiento* y retire las semillas.
- Coloque los tomates asados en una procesadora junto con el *pimiento*, condimente con sal y una cucharada de aceite de oliva, procese.
- En un plato arme una base con las papas, sobre estas coloque el mero
- Acompañe con el *pimiento* salteado.

Presentación

- Bañe con la salsa y sirva caliente.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/mero-al-estilo-trainera>