

# Pescado al Gratén

Tiempo de preparación: 60 Min



## Ingredientes

**Cebolla:** 1 Unidad

**Caldo de pescado:** c/n

**Laurel:** 2 Hojas

**Filetes de lenguado:** 1 Kilo

**Ajo:** 1 Diente

**Pimienta:** c/n

**Tomates cherry:** c/n

**Zanahorias baby:** c/n

**Berenjenas baby:** c/n

**Cebollas de verdeo:** 3 Unidades

**Fecula De Maiz:** 50 Gramos

**Hinojos baby:** c/n

**Leche:** c/n

**Sal:** c/n

**Tomillo:** 1 Ramita

## Preparación de la Receta

- En una sartén de hierro amplia, *saltear cebolla* y *cebolla* de verdeo picadas
- Transparentar y agregar leche y caldo de pescado -igual cantidad de cada uno-.
- Cuando esté caliente, incorporar filetes de lenguado y cubrir completamente con la mezcla de leche y caldo de pescado.
- *Condimentar* con sal, pimienta, *laurel*, *tomillo*, *ajo* aplastado y cuando rompa hervor retirar los filetes y colocarlos en una fuente de horno.
- Al líquido de cocción con las cebollas agregarle fécula de maíz disuelta en caldo de pescado y llevar al fuego sin dejar de revolver hasta ligar.
- Incorporar esta mezcla ligada a la fuente con el pescado y cubrirlo.
- Llevar a horno moderado hasta *gratinar*.

## Para la guarnición

- N, en una fuente para horno, colocar zanahorias, hinojos, zanahorias -todos *baby*- y tomates *cherry*.
- *Condimentar* con sal, pimienta, aceite de oliva y llevar a horno hasta cocinar y *dorar* los vegetales.

