

Pescado Zarandeado Estilo Sinaloa

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Adobo

Ajo en polvo: 2 cdas

Huachinango: 1 unidad

Mostaza: 1 1/2 cdas

Cebolla en polvo: 1 cda

Mayonesa: 2 cdas

Salsa de soya: 2 cdas

Sofrito

Pimienta: c/n A gusto

Aceite De Oliva: c/n A gusto

Cebolla: 1/2 unidad

Jitomate: 1 unidad

Orégano: 1 pz

Sal: c/n A gusto

Brazo de apio: 1 unidad

Chile Anaheim: 1 unidad

Mantequilla: 45 Gramos

Preparación de la Receta

SOFRITO

- Filetear *cebolla*, *jitomate* y *apio*.
- Sofreír en una sartén caliente con *mantequilla* y aceite de oliva, *cebolla* hasta que comience a cambiar de *color*, agregar *apio* y continuar salteando
- Agregar chiles cortados en rodajas, cuando suelte el primer hervor agregar *jitomate* y cocinar hasta *dorar*.
- Agregar *orégano*, retirar del fuego y reservar

ADOBO

- Mezclar *mayonesa*, *mostaza*, salsa de soya, *cebolla* en polvo y *ajo* en polvo hasta integrar, reservar.
- Abrir el pescado en corte mariposa, *sazonar* con sal y pimienta
- Untar el adobo hasta cubrir, colocar el pescado ya adobado en una charola para horno con papel aluminio
- Hornear a 180°C durante 20 minutos
- Servir el pescado completo, decorar con el sofrito de verduras.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/pescado-zarandeado-estilo-sinaloa>