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 180ºC 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