Rollitos de Lenguado



Ingredientes

Lima: 1 Unidad
Mango: 1 Unidad
Lomo de lenguado: 1 Unidad
Pimiento amarillo: 2 Unidades
Aceite De Oliva: c/n
Piña: 1/4 Unidad
Hojas de cítricos: c/n
Patata: 1 Unidad
Sal y Pimienta: c/n
Mandarina: 1 Unidad

Preparación de la Receta

- En una sartén pochar los pimientos picados y triturarlos con la pata y agua añadiéndola poco a poco para controlar el espesor.
- En una rejilla para cocinar al vapor poner los lomos de lenguado salpimentados, enrollados y pinchados con un *pincho*, rodear los lomos con trozos de fruta y hojas.
- Cocer al vapor durante 6-8 minutos dependiendo del tamaño.
- Poner la salsa y el lenguado encima, rematar con aceite.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/rollitos-de-lenguado-sobre-crema-de-pimiento-amarillo