Lista de ingredientes para la receta Rombos de lenguado con naranja, limones y morrones saltados

Ingredientes

- Filet de lenguado 1 Unidad
- Manteca 2 cdas.
- Sal y Pimienta A gusto
- Clara de huevo 1 Unidad
- Limon 1 Unidad
- Naranja 1 Unidad
- Harina 1 Taza

Guarnición

- Cebolla 1 Unidad
- Vino Blanco 100 cc
- Sal y Pimienta A gusto
- Ajo 1 Diente
- Manteca 1 cda.
- Morrón Rojo 1 Unidad
- Aceite De Oliva 100 cc
- Ají Verde 1 Unidad

Varios

- Perejil picado A gusto