



PESCADO A LA PUTANESCA

Ingredientes:

Pescado: • 3 cucharadas de aceite de oliva • 1 cebolla chica picada finamente • 1 lata de jitomate sin piel y picado en cubos • 15 aceitunas verdes, sin hueso y rebanadas • 2 cucharadas de chile de árbol triturado • Sal y pimienta al gusto • 2 tazas de jugo de los jitomates de lata • 6 filetes de pescado blanco
Guarnición: • Sal y pimienta al gusto • 4 calabazas cortadas a lo largo • 2 huevos batidos ligeramente • 1 taza de pan molido • 1 taza de queso parmesano en polvo • Aceite de oliva, cantidad necesaria

Procedimiento:

1. Para el pescado, calienta el aceite y sofríe la cebolla, añade el jitomate, las aceitunas y el chile, deja cocinar por unos minutos y salpimenta. Agrega los filetes de pescado, el jugo del jitomate y tapa, deja cocinar hasta que los filetes de pescado estén cocidos. 2. Para la guarnición, salpimenta las calabazas, pásalas por el huevo y después por el pan molido previamente mezclado con el queso parmesano. Calienta un poco de aceite y fríe las calabazas por ambos lados. Retira y colócalas en papel absorbente para retirar el exceso de grasa. 3. Ofrece sirviendo el pescado cubierto con la verdura y acompañado con las calabazas.

Tiempo de preparación:	35 minutos
Grado de dificultad:	Fácil
Porciones:	6