



PESCADO BLANCO EN SALSA DE NARANJA Y CILANTRO

Ingredientes:

• 2 cucharadas de mantequilla • 4 cucharadas de cilantro picado • 1 taza de vino blanco (250 ml) • 2 naranjas, su jugo y la ralladura • 1 cucharada de consomé de pollo en polvo • 6 filetes de pescado blanco basa • 1 taza de harina • 2 cucharadas de aceite • 4 zanahorias cocidas y rebanadas en julianas • 1 brócoli cocido y en ramilletes

Procedimiento:

1. En una sartén calienta la mantequilla y añade el cilantro con el vino blanco, el jugo y la ralladura de naranja, sazona con el consomé. Mezcla bien y deja reducir el líquido a la mitad. 2. Salpimenta los filetes, pásalos por la harina y reserva. En otra sartén calienta el aceite y cocina el pescado por ambos lados. 3. Sírvelo con la salsa caliente y decora con las verduras.

Tiempo de preparación:

25 minutos

Grado de dificultad:

Fácil

Porciones:

6