

MERLUZA en salsa verde

Ingredientes:



300 g de merluza



1 cebolla
(opcional)



2 dientes
de ajo



1 manojo de
perejil fresco



½ vaso de vino blanco



Almejas
(opcional)



1 c.s. de harina



250 ml de caldo de
pescado



Sal



3 c.s. de aceite
de oliva

Preparación:

- Si desea incorporar almejas en su receta, ponga las almejas en agua con sal para que suelten la arena, cambiando el agua un par de veces.
- Pele y pique el ajo y la cebolla. Corte la merluza en trozos y échele sal al gusto.
- Seleccione el programa **Sopas** y la opción **Medio**, ajustando manualmente 15 minutos en el temporizador. Eche el aceite de oliva en la olla del AutoCook e incorpore el ajo y la cebolla. Pulse el botón de **Inicio** y mantenga la **tapa abierta**. Una vez que se hayan ablandado y cojan un poco de color, añada la harina y mezcle. Eche el caldo de pescado y remueva todo para conseguir una mezcla homogénea.
- Incorpore el vino blanco a la mezcla y deje que se evapore y se espese la salsa con la **tapa abierta**. Una vez que la salsa tome consistencia, añada la merluza y las almejas. Deje cocer con la **tapa cerrada** hasta que suene la señal.
- Abra la tapa en cuanto suene la señal y sirva.

Consejo de Bosch:

La salsa verde es una salsa apta para cualquier pescado blanco. El tiempo de cocción variará ligeramente dependiendo del grosor del lomo del pescado.

RACIONES: 2-3

Programa: Sopas medio

Calorías por ración: 349 kcal

Tiempo de cocción (sin precalentamiento):

AutoCook - 15 min.

AutoCook Pro - 15 min.

