

# Sargo en Papillote de Marta M.

Publicada por:

[imprimir](#)



- 25 '
- 25 '
- 4

## Modo express

1. Se pela la cebolla y se corta en juliana junto con el pimiento y el tomate se trocea en gajos no muy grandes.

2. Preparamos un trozo grande de papel de aluminio para cada pieza de pescado, y en el centro extendemos la cebolla, sobre ella el pimiento, sazonomos ligeramente y encima de esa cama "acostamos" el sargo.
3. Disponemos alrededor del mismo el tomate, metemos dentro del sargo la hoja de laurel y salpimentamos, espolvoreando con una pizca de romero.
4. Regamos con aceite de oliva virgen y un hilo de vino blanco.
5. Se cierra el paquete con el papel de aluminio procurando que quede bien sellado, haciendo las dobleces necesarias para que no salga el vapor, y se pone en la cubeta de la Chef Plus Induction.
6. **Seleccionamos el menú pescados** y dejamos cocinar.
7. Al terminar aguardamos dos o tres minutos antes de abrir los paquetitos para que el vapor termine de cocinar el sargo.

#### NOTA

Caben dos sargos de ración en la cubeta, se pueden poner en vertical para acomodarlos dentro (no es necesario que estén en horizontal para que se cocinen homogéneamente).