

Dorada a la naranja

Publicada por:

[imprimir](#)

- 20 '
- 21 '
- 4
- 
- 
- 



Comentario nutricional

Una forma diferente de preparar la dorada es combinándola con un cítrico, como es la naranja, y el aroma y sabor del vino blanco.

Modo express

1. Pida en la pescadería que limpien las doradas y que eliminen las vísceras, la cabeza y las escamas. Ya en casa, lávelas y séquelas con papel de cocina.
2. Sale el interior de las doradas y reparta el diente de ajo machacado, unas hojas de salvia y los granos de pimienta machacados en la ventresca. Sale el pescado también por fuera, riéguelo con el aceite y métalo en la cubeta.
3. Lave las naranjas, corte una en rodajas finísimas y dos en gajos. Exprima las otras dos. Cubra las doradas con las rodajas finas de naranja; reservando los

gajos.

4. Por último, riegue las doradas con el aceite, el zumo de naranja y el vino blanco. Cierre la tapa y programe el menú Pescados.
5. Disponga las doradas en una fuente, rodéelas con los gajos de naranja y báñelas con el jugo de la cocción.