

Medallones de merluza a la sidra

Publicada por:

[imprimir](#)

- 10 '
- 21 '
- 4
- 
- 
- 
- 



Comentario nutricional

La merluza es un pescado blanco, bajo en grasa, de carne blanca y sabor suave. Incluya pescado en tu alimentación. Si no dispone de tiempo para comprarlo con regularidad, compre cantidad y congélelo en raciones.

Modo express

1. Pique el ajo, la cebolla y el pimiento.
2. Introduzca todos los ingredientes en la Chef Plus Induction, mezcle bien, cierre la tapa y programe el menú Pescados.
3. Al emplatar, espolvoree con perejil picado.