

# Merluza al cava

Publicada por:

[imprimir](#)



- 20'
- 21'
- 4



## Comentario nutricional

Una receta donde se juega con el contraste de sabores. Si evita comer pescado por la incomodidad de encontrar espinas, compre lomos de merluza en lugar de rodajas.

## Modo express

1. Salpimiente la merluza y diluya la harina en el agua. Lave los puerros y córtelos en rodajas de 2 centímetros.
2. Pele las gambas y déjelas en un bol con dos cucharadas de aceite y un poco de sal. Lave y pique el perejil. Ralle la corteza de las naranjas y exprímalas.
3. Introduzca los puerros en la cubeta junto con la merluza. Vierta encima el zumo de naranja, el cava, el aceite restante y el agua con la harina. Sazone con nuez moscada y disponga las gambas peladas encima.
4. Cierre la tapa y programe el menú Pescados.
5. Sirva la merluza acompañada de las gambas y el puerro. Salsee con el jugo y espolvoree por encima el perejil y la ralladura de naranja.
6. Aquí tienes el vídeo de la receta: