

Merluza en salsa de setas

Publicada por:

[imprimir](#)

- 30 '
- 21 '
- 4



Comentario nutricional

Existe una gran variedad de setas con formas y colores variados. Aproveche en otoño para ir a coger setas y preparar esta deliciosa receta. Solo tienen unas 20 calorías por cada 100 g y son fuente de vitaminas del grupo B, y minerales como el potasio, fosforo o yodo entre otros.

Modo express

1. Pique el ajo; trocee las setas; diluya la harina en el vino.
2. Vierta el aceite en la cubeta y añada el ajo, las setas y la harina diluida; sazone y remueva.

3. Disponga la merluza salpimentada encima del resto de ingredientes y distribuya las almejas alrededor. Cierre la tapa y programe el menú Pescados.
4. Espolvoree el plato con perejil y sirva acompañado de los huevos duros.