

Rape a la americana

Publicada por:

[imprimir](#)

- 20 '
- 21 '
- 4
- 
- 
- 
- 
- 



Comentario nutricional

El rape pertenece al grupo de los pescados blancos con un bajo contenido en grasa que gusta a los niños por su sabor suave.

Modo express

1. Pique la cebolla y los ajos.
2. Introduzca en un recipiente todos los ingredientes, excepto el rape y las gambas, y triture finamente con una batidora.
3. Meta la mezcla en la cubeta, disponga encima las gambas y el rape salpimentados y cierre la tapa (si lo desea, puede añadir algunos mejillones o

almejas). Programe el menú Pescados.

4. Sirva caliente y espolvoree el perejil por encima.