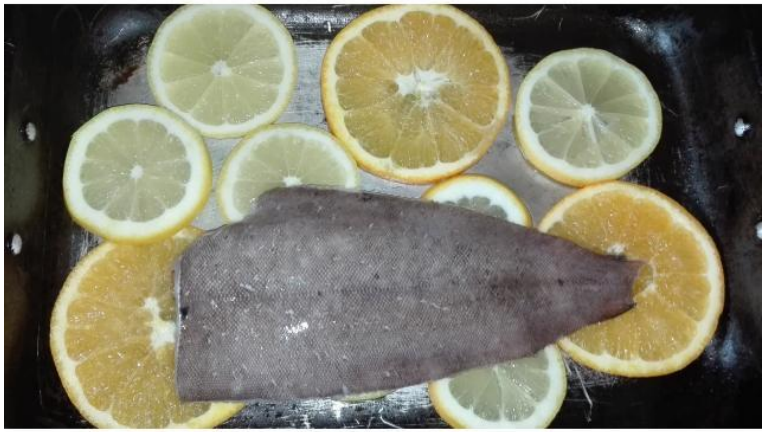
PESCADO AL LIMÓN Y NARANJA

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
https://ruralmur.com/articulo/1171/pescado-al-limon-y-naranja
Direccion: **Región de Murcia**



Esta es una manera diferente de cocinar algunos tipos de pescados, que algunos no nos gustan demasiado. Deben de ser de forma plana, como por ejemplo el Gallo, el Lenguado, la trucha…y si son grandes como la dorada o lubína conviene abrirlos.
Esta receta es muy rápida de cocinar y es muy sabrosa, y no lleva nada de grasa, todo lo contrario. El jugo del limón y la naranja, sabor con toque a frutas y hace que el pescado este meloso y nada reseco.
INGREDIENTES para 2 personas:
-          2 Lenguados o similar.
-           Un limón
-           Una naranja
-           6 dientes de ajo.
-           Aceite
-           Sal
-           Pimienta
-           Pimentón
-           Un vaso pequeño de vinagre
-           Un vaso pequeño de agua
-           Una cayena
ELABORACIÓN:
-Ponemos a calentar el horno a unos 180 grados.

PESCADO AL LIMÓN Y NARANJA
Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
https://tinyurl.com/y3kvzuzd