Merluza a la romana

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Angelicajrrt

Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Otros
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Tradicional
Coste: Muy económico

Descripción:

Ingredientes para 1 persona :

- 2 rodajas de merluza
- 1 bolsa de luchugas variadas
- 1 lata de pimientos
- 1/4 de cebolla
- 2 nueces
- harina
- 1 huevo
- aceite
- perejil
- sal
- vinagre
- 1 cucharada de mayonesa

Preparación:

Paso 1

Batimos el huevo. Calentamos aceite en una sartén. Salamos la merluza y la pasamos por harina y huevo y la incorporamos a la sartén, dorándola bien por ambos lados. En el plato donde se vaya a servir hacemos una ensalada con las lechugas, la cebolla en juliana, las nueces peladas y troceadas, los pimientos en tiras y aliñamos con sal, vinagre y aceite. Sacamos la merluza, la espolvoreamos con un poco de perejil picado y acompañamos con la ensalada y mayonesa.