sepia a la plancha

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

Creador: karmela

Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Segundo plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Casera
Coste: Económico

Descripción:

poner la sepia limpia en la plancha bien caliente y hacer unos 8 minutos 4 por cada lado, mas no porque se endurece,para acompañar unas patatas cocidas y mahonesa adornar con perejil picado

Ingredientes para 2 personas :

- 2 sepias
- 4 patatas cocida
- mahonesa.
- , aceite de oliva y sal.
- - Perejil fresco

Preparación:

Paso 1

la salsa mahonesa al ajo