



Nuestras mejores
recetas para disfrutar
del pescado en casa.
por
Sergio Fernández

PALOMETA AL GRILL

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS

4 filetes	PALOMETA
4 cucharadas	COUS COUS
½ unidad	CEBOLLA
4 cucharadas	MAIZ DULCE
4 cucharadas	SALSA BARBACOA
½ unidad	TOMATE
4 lonchas	JAMÓN SERRANO
½ unidad	CALABACÍN
2 cucharadas	MOZZARELLA RALLADA
2 cucharadas	ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA
Al gusto	ORÉGANO
1 pizca	SAL



RECETA

Cortar en daditos las verduras y el jamón. Mezclar con la salsa barbacoa y reservar.

En un bol, añadir el cous cous y mezclar con aceite. En una olla calentar el doble de agua que de cous cous. Cuando esté caliente, verter el agua en el bol y dejar reposar 5 minutos. Con la ayuda de un tenedor, mezclar para separar los granos y reservar.

En una placa de horno poner en el fondo el cous cous cocinado, disponer encima el pescado y por último la salsa mezclada con las verduras y el jamón.

Precalentar el horno. Hornear a 180º C durante 10 minutos.