



Rodaballo al horno con patatas

(adsbygoogle = window.adsbygoogle || []).push({});

Dificultad: Principiantes

Tiempo de elaboración: 15 minutos + horno

Para 4-5 personas

- Hoy he comprado un rodaballo. No lo había cocinado nunca, ni siquiera lo había probado. Sigo impresionada. Como es de rico!!!. No entiendo cómo he esperado tantos años.
- Supongo que tiene muchos guisos y me propongo descubrirlos poco a poco, pero para mi la prueba de fuego de casi cualquier pescado es cocerlo o meterlo en el horno con un lecho de patatas y cebolla y ver que pasa. El rodaballo ha superado la prueba con sobresaliente.
- Puedes hacer las patatas y la cebolla en una sartén, pero yo no me complico la vida, pongo una fuente de horno, alterno patatas y cebolla, pongo sal y pimienta con un chorrito de aceite de oliva encima de cada capa de patatas y al horno. A media cocción pongo el pescado encima, chorlito de vino blanco, un majado de ajo y perejil y vuelta al calorcito de un horno suave. Si las patatas no se doran suficientemente, subo el horno y meto la bandeja después de retirar el pescado para que cojan un poco de color.

Ingredientes:

1 rodaballo de 1 kg y 1/2
3 patatas peladas
2 cebollas
3 dientes de ajo
unas ramas de perejil
sal, pimienta y aceite de oliva
un vaso de vino blanco

Precalienta el horno a 170°.

Corta las patatas en rodajas y la cebolla en láminas.



Paloma de la Rica

Blog de ideas y recetas de cocina casera

<http://palomadelarica.com>



Coloca en una fuente de horno un fondo de aceite de oliva y las patatas y cebollas en capas con sal y pimienta. Riega con un buen chorro de aceite y tapa con un papel de plata. Mete en el horno 30/35 minutos, hasta que pinchando una patata veas que está blanda.



Paloma de la Rica

Blog de ideas y recetas de cocina casera
<http://palomadelarica.com>



Coloca encima el rodaballo con sal y pimienta. Extiende encima los ajos y el perejil majados en el mortero, un chorrillo de aceite y el vaso de vino blanco. Vuelve a tapar con el papel de plata y hornea 20 minutos.



Paloma de la Rica

Blog de ideas y recetas de cocina casera
<http://palomadelarica.com>



Retira el papel y continua horneando otros 20 minutos.



Paloma de la Rica

Blog de ideas y recetas de cocina casera
<http://palomadelarica.com>





Paloma de la Rica

Blog de ideas y recetas de cocina casera

<http://palomadelarica.com>

Retira a una fuente y sirve con las patatas a un lado.



Rodaballo al horno con patatas

(adsbygoogle = window.adsbygoogle || []).push({});

[Guardar](#)

[Guardar](#)

(adsbygoogle = window.adsbygoogle || []).push({});