



MERLUZA AL VAPOR DE CAVA

INGREDIENTES

(Para 4 personas)
4 lomos Merluza (150 gr aprox. cada uno)
1/2 L Cava

Para las crudités de verduras:
1 Zanahoria
1 Calabacín
1 Puerro
1 chorrito de Aceite de oliva virgen extra

ELABORACIÓN

Pelamos la zanahoria y la picamos, en juliana, al igual que el calabacín y el puerro.

Colocamos los lomos de merluza sobre un cocedor de vapor con las verduras picadas encima. Echamos el cava en una cazuela y colocamos el cocedor con la merluza y las crudités encima. Cocemos durante 5 minutos aproximadamente, con tapa.

Sacamos al plato y añadimos por encima el chorrito de aceite de oliva virgen.



PRECIO
MEDIO



TIEMPO
30´



DIFICULTAD
6/10



SALUDABLE
9/10