



ELABORACIÓ

1. Introduir a un recipient apte per coure al microones el llenguado i salar.
2. Col·locar per sobre la mantega a daus, les tàperes i el suc de llimona.
3. Tapar i coure-ho tot junt entre 1 ½ –2 minuts a màxima potència.
4. Deixar un altre minut més que tot reposi tapat.
5. Servir el peix i decorar amb el julivert picat per damunt.

INGREDIENTS (1 PERSONA)

- 158 g de llenguado
- 15 g de mantega
- 1 culleradeta de suc de llimona
- 6 g de tàperes
- Julivert
- Sal

OBSERVACIONS

El julivert sempre s'ha d'afegir al final, quan la cocció ja està finalitzada, per evitar que s'oxidi.

NOTES:

