

Pescado al ajillo

El pescado al ajillo se hace **combinando ajo, mantequilla** o aceite de oliva con perejil o cilantro finamente troceado. Usaremos un filet de carne blanca para que su sabor sea más suave, agradable para tu paladar.

Esta comida la puedes combinar con las guarniciones de tu preferencia y sencillamente se convertirá en una alternativa **para tu almuerzo**.

Ingredientes

- 4 filetes de pescado (pargo, mero, merluza o carite)
- 6 dientes de ajo
- 30 gr de mantequilla o 30 ml de aceite de oliva
- 2 cda de aceite de oliva
- ramito de perejil o cilantro
- Sal y pimienta al gusto

Elaboración paso a paso

- Vamos a iniciar nuestra receta, fileteando el ajo finamente para que quede bien troceado.
- Toma el ramito de perejil y cilantro y trocéalo también para que quede fino.
- Toma los filetes y sazónalos con sal y pimienta por ambos lados.
- Toma un sartén, le añadirás un poco de aceite de oliva y lo pondrás al fuego. Cuando esté caliente, vas a sellar los filetes por ambos lados sin que se te pegue. Será una cocción rápida.
- Cuando estén bien sellados y cocidos, retíralos y reserva.
- En ese mismo sartén, vas a añadir la mantequilla hasta que se derrita. Luego le agregarás el ajo y saltearás por 2 minutos.
- Procede a añadir el perejil, mezcla e incorpora tus filetes al sartén para que se bañen con toda la salsa de la mantequilla y el ajo.
- Apaga el fuego, retíralos y servirás esparciendo la salsa restante para que se impregne.
- ¡Disfruta!