

FILETES DE LENGUADO "A LA MARINERA"

Ingredientes:

1 K. de fielte de lenguado.
2 zanahorias medianas.
1 cebolla grande.
1 rama de apio.
Mantequilla para saltar.
1/2 taza de Jerez.
1 taza de crema de leche líquida.
5 cucharadas de salsa blanca espesa.
6 conchas grandes ó en su defecto 2 á 3 do
de las chicas.
3 docenas de colitas de camarones mediano
Sal y pimienta.
1/2 pomito de alcaparras.
2 limones reales.
Perejil crespo.

Preparación:

Se corta en trozos las zanahorias, cebolla
y apio y se salta en mantequilla, por 10 m'
se agrega el Jerez y da un hervor.
Se corta el lenguado en filetitos indivi-
duales, se doblan en dos y acomodan en una
fuente de hornear, se vierte encima la pre-
paración de las verduras y se cubre con
papel grasa enmantequillado. Se cuece al
horno mediano 10-12 m' (según en grosor)
Se retira el jugo y se cuele, reduciendo
un poco, para agregarle la salsa blanca y
la crema de leche, se rectifica la sazón y
se retira.
Se colocan los filetes en una fuente y cu-
bren con la salsa, encima van las alcaparras
Las conchas, si son grandes se pican y cue-
cen al horno en un pyrex, con un poco de
mantequilla, sal y pimienta. Las colitas se

saltan crudas en mantequilla.
Se mezclan ambas cosas y se rodea los fi-
letes, al borde se colocan las rajas de
limón acanaladas y ramitas de perejil.