

PASTEL DE PESCADO:



Ingredientes

- 87,5 g de pescado blanco
- 1 huevo
- 87,5 ml de leche semidesnatada
- 50 ml de caldo de pescado
- Espesante comercial con gomas

Elaboración

1. Cocer el pescado 5 minutos en una plancha.
2. En un recipiente aparte, batir los huevos y salpimentar.
3. Mezclar con el pescado troceado sin piel ni espinas.
4. Añadir la leche y remover bien la mezcla.
5. Poner aceite en el fondo del recipiente que irá al horno. Añadir encima la mezcla de pescado.
6. Hornear al baño María a 180°C durante 30 minutos.
7. Separar una ración en un vaso con 50 ml de de caldo de pescado y triturar.
8. Añadir la cantidad de espesante indicada y remover durante 1 minuto.
9. Servir.