

Dorada al horno con nido de verduras y romero

INGREDIENTES (2 personas):

- 1 dorada sin escamas
- 2 calabacines
- 4 zanahorias
- 4 dientes de ajo
- 2 hojas de laurel
- 1 rama de romero
- 100 ml de vino blanco
- Sal Condís
- Aceite de oliva Condís
- 10 avellanas

PREPARACIÓN:

- Cortamos las verduras a bastones.
- En una bandeja de horno ponemos los bastones de verduras junto con un buen chorrito de aceite de oliva, una pizca de sal, los dientes de ajo chafados, las hojas de laurel y la rama de romero. Cocinamos a 180°C durante 15-20 minutos.
- Hacemos unos cortes a la dorada para que así se cocine fácilmente al horno.
- Colocamos la dorada sobre el lecho de verduras y regamos con el vino blanco. Dejamos cocer al horno durante 15 minutos más.
- Mientras tanto, picamos las avellanas con la ayuda de la mano de mortero.
- Servimos la dorada con el lecho de verduras y las avellanas picadas por encima.

