

## MERLUZA CON ALMEJAS Y ESPARRAGOS VERDES

### INGREDIENTES:

- 4 porciones de merluza de unos 200-250 gr.
- 1 dl. Aceite de oliva virgen extra
- 100 gr. de cebolla cortada muy fina
- 2 hojas de laurel
- Harina
- Sal y pimienta
- 50 cl. Vino blanco
- 2 dl. De caldo de pescado
- 250 gr. de almejas
- 12 Espárragos trigueros
- Ajo y perejil
- 1 Limón



### ELABORACIÓN

Limpia y corta la merluza, ya sea en rodajas o filetes como más nos guste.

Con la cabeza y la cola, y la espina si la hemos hecho filetes, hacemos un caldo de pescado, añadiéndole unos ajos, cebolla, un trozo de limón, laurel, unos granos de pimienta y sal.

En sartén amplia ponemos el aceite de oliva, cuando esté caliente, sofreímos los espárragos enteros a los que les habremos quitado la parte dura. Sacamos y apartamos. Añadimos al aceite la cebolla y el laurel, a fuego suave.

Mientras salpimentamos la merluza y la pasamos por harina.

Cuando la cebolla esté tierna, añadimos las porciones de merluza, le damos un par de minutos y damos la vuelta, el fuego que no esté muy fuerte para que la cebolla no se queme.

Añadimos el vino blanco. Un chorrito de zumo de limón, demos que hierva un poco y antes de que se seque añadimos el caldo de pescado y las almejas, que vuelva a hervir y se abran las almejas.

Mientras hacemos una picada de ajo y perejil que le añadimos en el último momento, y rectificamos de sal y limón al gusto.

Emplatamos con los espárragos al lado o por encima

*"LA COCINA HAY QUE HACERLA COMO AQUEL QUE DECÍA,  
VISTEME DESPACIO QUE TENGO PRISA"*