

ENSALADA DE BOQUERONES



Ingredientes

16 boquerones
4 patatas medianas
200 gr. de judías verdes
2 pastillas de AVECREM VERDURAS
1 vasito de vinagre
1 limón
1 vasito de aceite de oliva
1 escalonia

Preparación

En primer lugar conviene limpiar los boquerones. Retirarles la cabeza y la espina central, y separar los dos filetes. Pasar bajo el grifo de agua y colocarlos en un recipiente con el vinagre.

Lavar las judías, cortarlas en juliana y hervirlas con Aavecrem Verduras. Cocer las patatas también sazonadas con 2 pastillas de AVECREM VERDURAS desmenuzadas y cortarlas en rodajas. Reservar los dos ingredientes hasta el final.

Extender los filetes en una fuente, cubrirlos con el aliño y dejar marinar durante 24 horas. Para servir, poner las patatas en un extremo de los platos y agregar las judías, colocar encima los boquerones y aliñar con la marinada.