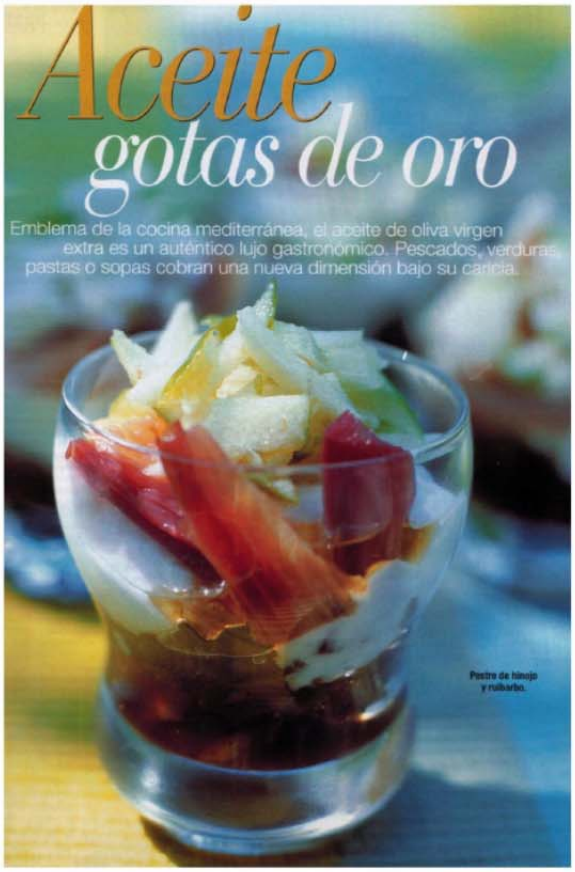
Gala
LA ACTUALIDAD DE LOS FAMOSOS

Nº 81 / 5 de abril de 2006 / España 1,80 €
CANARIAS, 1,90 € (SIN IVA) INCLUIDO TRANSPORTE

Aceite gotas de oro

Emblema de la cocina mediterránea, el aceite de oliva virgen extra es un auténtico lujo gastronómico. Pescados, verduras, pastas o sopas cobran una nueva dimensión bajo su caricia.



Postre de hinojo y ruibarbo.

Gala
LA ACTUALIDAD DE LOS FAMOSOS

Lubina al eneldo

PARA 4 PERSONAS
Preparación: 10 min
Tiempo de cocción: 4 min

• 4 filetes de lubina • 1 ramillete de eneldo • aceite de oliva virgen extra Marqués de Valdueza • 1 calabacín • sal y pimienta • 1 limón.

■ Lavar y picar el eneldo. Poner los filetes de lubina en una fuente. Rociar con 4 cucharadas de aceite de oliva, salpimentar y espolvorear con el eneldo. Marinar 30 minutos en la nevera.

■ Mezclar el resto del eneldo picado con 3 cucharadas de aceite y reservar.

■ Lavar el calabacín, retirar los extremos y cortarlo en tiras finas con la mandolina, escaldar en agua hirviendo y escurrir. Saltear en aceite unos minutos. Reservar hasta el momento de servir.

■ Escurrir los filetes de lubina y hacerlos a la plancha 4 minutos, primero por el lado de la piel, que debe quedar ligeramente tostada. Aliñar con unas gotas de limón y unas cucharadas de aceite con eneldo.

■ Servir acompañado de tiras de calabacín.