

PAPILLOTE DE LUBINA Y VERDURAS

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:

- 8 filetes de lubina
- 1 pimiento amarillo
- 1 calabacín
- 3 o 4 zanahorias
- 1 cebolla
- Aove
- Sal y pimienta

ELABORACIÓN

Pelamos y picamos la cebolla. Cortamos la zanahoria pelada, el calabacín y el pimiento en tiras finas o bastoncitos.

Salpimentamos los filetes de lubina y las verduras.

En un papel de hornear, ponemos un filete de lubina con la piel hacia abajo. Encima, ponemos las verduras y cubrimos con otro filete de lubina, esta vez con la piel hacia arriba. Rociamos con aove.

Doblamos el papel de hornear haciendo un papillote, de esquina a esquina haciendo pequeños pliegues como si fuera una empanadilla. Es muy importante sellarlo bien para que no se nos escape el vapor.

Metemos el papillote al horno a 180 grados, unos 20 o 25 minutos. Sacamos y dejamos reposar un par de minutos. Se puede servir directamente con en el papillote. Queda muy tierno, jugoso y sabroso.