



## **Lenguado en Papillote**

4 porciones de 150gr de filete de lenguado  
2 cebollas blancas chicas cortada en aros  
2 dientes de ajo picado  
½ tz de vino blanco  
MIX PESCADO al gusto  
Papel aluminio  
1 limón en rodajas (opcional)  
Aceite de oliva

Precalentar el horno a 200°C

En una sartén, cocinar a fuego bajo las cebollas con el ajo en aceite de oliva por unos minutos. Sazonar con sal.

Sazonar los filetes con el MIX PESCADO por todos lados (mas o menos una cucharita por filete). Cortar 4 rectángulos de 20x30cm de papel aluminio y pintar con aceite de oliva, poner encima los filetes y sobre esto las cebollas (y acomodar un par de rodajas de limón). Luego doblar el papel en dos e ir doblando los bordes para cerrarlos, al final, antes de cerrar completamente, agregar un chorro de vino a cada uno y cerrarlos. Poner los papillotes en una lata y hornear por 10 a 12 min dependiendo del grosor del pescado.

Nota: Recordar que el tiempo de horneado depende del grosor del pescado usado.