

FLAN SALADO DE JUREL UNICO



PORCIONES

4

DIFICULTAD

Media

PREPARACIÓN

1. Poner en el vaso del robot de cocina el ajo y perejil y picar 6 SEG / VEL 6.
2. Agregar el jurel, los champiñones, los choritos, la harina, la sal y la pimienta y mezclar 10 SEG/ GIRO INVERSO / VEL 5.
3. Incorporar los ingredientes líquidos: el aceite, el vino blanco, el jugo de limón y los huevos. Mezclar 10 SEG / GIRO INVERSO / VEL 4.
4. Poner la mezcla en recipientes de loza y acomodarlos en el recipiente varoma.
5. Enjuagar el vaso y poner 3 tazas de de agua y el jugo de medio limón. Colocar la tapa y el recipiente varoma en su lugar y programar 60 MIN / VAROMA / VEL CUCHARA. Servir de inmediato.

TIEMPO ESTIMADO

1 ½ hora

INGREDIENTES

- 1 lata de Jurel UNICO al natural
- 1 taza de champiñones
- 1 lata de choritos en conserva
- 1 paquete de perejil
- 1 diente de ajo
- 1 cucharada de harina
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- Jugo de 1 limón
- ½ taza de vino blanco
- 2 huevos
- Sal y pimienta a gusto

