



LUBINA A LA NARANJA

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 480 g de lubina - filetes
- 200 g de cebolla
- 800 g de naranja
- 20 g de aceite de oliva
- sal

LA PREPARACIÓN

- Dorar la cebolla troceada en una cazo con aceite caliente. Cuando esté dorada, añadir la lubina y el zumo de naranja.
- Dejar a fuego medio. Sazonar al gusto.
- Servir los filetes de lubina, rociados con el jugo.
- Rallar un poco de piel de naranja y espolvorear sobre los filetes.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 14.9 g	Grasas 7.7 g
Kcal 222	Proteínas 21.2 g