



Lubina al horno con patatas, ajitos, tomate y aceitunas

Sin Gluten

Ingredientes 2-4 personas

1 Patata grande
1 Tomate
Media Cebolla grande
2 Dientes de ajo
Aceite de oliva virgen extra
60 ml de Vino blanco
Tomillo
Sal
Pimienta
1 Lubina de unos 700 g aprox.
Aceite de oliva virgen extra picante
Aceitunas (a la receta le van muy bien las negras de Aragón)

Ingredientes 6-10 personas

3 Patatas
3 Tomates

1 cebollas y media
5 Dientes de ajo
Aceite de oliva virgen extra
150ml de Vino blanco
Tomillo
Sal
Pimienta
Lubinas (1750g aprox. total)
Aceite de oliva virgen extra picante
Aceitunas negras de Aragón

Ingredientes 12-16 personas

4 Patatas grandes
4 Tomates
2 Cebollas grandes
8 Dientes de ajo
Aceite de oliva virgen extra
240ml de Vino blanco
Tomillo
Sal
Pimienta
Lubinas (2800g aprox. total)
Aceite de oliva virgen extra picante
Aceitunas negras de Aragón

Preparación

Cortamos la patata en rodajas finas, el tomate en trozos pequeños, la cebolla en tiras y machacamos los dientes de ajo con piel. Colocamos todos los ingredientes salvo la lubina y las aceitunas en una bandeja de horno con papel vegetal (aconsejo poner la cebolla en la base y encima el resto). Aderezamos con una cantidad generosa de aceite de oliva, vino blanco, tomillo, sal y pimienta. Horneamos a 200 °C con calor arriba y abajo durante 20 minutos hasta que pinchemos la patata y esté blandita. Colocamos la pieza de lubina limpia encima de la guarnición con un poco de aceite picante, sal y pimienta, y esparcimos las aceitunas por la bandeja. Horneamos otros 12-15 minutos.

Notas

Suelo calcular unos 18 minutos de horno por kilo de pescado. Un indicativo para saber si el pescado está listo es comprobar que el ojo se ha puesto blando. Podemos preparar esta receta con el pescado que más nos guste.