



Navajas en salsa



4 Personas.



35 minutos.



Fácil.



Desde 1,20€
por ración

Ingredientes

Para las navajas en salsa:

- Aceite de oliva virgen extra
- 2 dientes de ajo blanco
- 150g de cebolla
- 150ml de caldo de pescado
- 20ml de vino blanco Albariño
- Sal
- 500g de navajas
- 1/2 limón
- Perejil

Valor nutricional por ración.

Kcal	Grasas	Hidratos de Carbono	Proteínas
155	3,72 g	5,93 g	23,05 g

Información adicional: Las navajas son un tipo de moluscos que solemos utilizar como entrante y habitualmente se cocinan hervidas o a la plancha. En este plato tenemos básicamente una buena fuente de proteínas.

1



En una sartén con aceite de oliva añadimos el ajo y la cebolla finamente picados. Rehogamos a fuego medio hasta que la cebolla esté transparente.

2



Agregamos el caldo de pescado, el vino blanco y la sal y removemos para que se integren con las verduras rehogadas.

3



Añadimos las navajas previamente descongeladas y lavadas, la ralladura y zumo de medio limón, el perejil y cocinamos durante 10 minutos con la sartén tapada.

4



Emplatamos las navajas en el plato que más nos guste, vertemos un poco su salsa para que estén muy jugosas y... ¡a disfrutar!