

PAPILLA DE PERCA Y VERDURAS



20 min



2 raciones



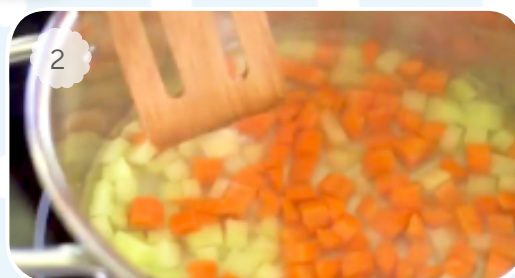
89 kcal



Fácil

INGREDIENTES

- 100 g de patatas
- 100 g de zanahorias
- 30 g de guisantes
- 1 filete de perca



ELABORACIÓN

1. Comenzamos pelando y cortando en trozos las patatas y las zanahorias.
2. Después, introducimos las patatas en una olla, las cubrimos con agua y las llevamos a ebullición. Tras 5 minutos hirviendo, añadimos las zanahorias y cocinamos durante 3 minutos más.
3. A continuación, colocamos la vaporera e introducimos los guisantes y el pescado para cocinarlos otros 3 minutos hasta que todos los ingredientes estén bien cocidos y tiernos.
4. Añadimos todos los ingredientes a un vaso de batidora y trituramos. Si está muy espeso, incorporamos un poco del agua de la cocción. Dejamos enfriar y... ¡ya tenemos lista esta riquísima papilla de perca y verduras!