

ENSALADA DE JÍCAMA CON PESCADO

Posted on 22 marzo, 2021 by Regina Villarreal



Categories: [Ensaladas](#), [Entradas](#), [Plato Fuerte](#), [Recetas](#)



INGREDIENTES:

- 3 filetes de pescado blanco
- 1 C. aceite de oliva extra-virgen prensado en frío
- 1 ½ C. [ADOBO MAESTRO GREENHOUSE](#)
- ¼ C. [MOLIDO DE LA CASA GREENHOUSE](#)
- Sal de mar y pimienta negra al gusto

PARA LA ENSALADA

- 1 taza de jícama en cuadritos
- ¼ taza de zanahoria rallada
- ¼ taza de col morada
- 2 c. cebolla morada picada
- 1 ½ c. de cilantro fresco picado
- 1 ½ piezas jugo de limón
- ½ c. aceite de oliva extra-virgen
- 1 c. [MOLIDO DE LA CASA GREENHOUSE](#)
- ¼ aguacate en cubos
- Sal de mar al gusto
- Chile jalapeño fresco en rebanadas delgadas
- ½ aguacate en cubos

PREPARACIÓN:

1. Remojar los filetes de pescado en leche por unos 20 minutos y después en agua mineral por otros 20 minutos. Enjuagar.
2. En un refractario colocar los filetes de pescado y sazonar con el [ADOBO MAESTRO GREENHOUSE](#), el [MOLIDO DE LA CASA GREENHOUSE](#), la sal, la pimienta y el aceite de oliva. Dejar marinar por lo menos una hora.
3. Picar todos los vegetales y mezclarlos en un tazón con el limón (el aguacate dejarlo para el final), el aceite de oliva, el [MOLIDO DE LA CASA GREENHOUSE](#) y la sal de mar.
4. En un sartén bien caliente colocar los filetes de pescado unos 2-3 minutos por lado o hasta cocción deseada.
5. Servir en un tazón todos los vegetales y encima el pescado. Espolvorear con hojas de cilantro

y acomodar unas rebanadas de chile jalapeño fresco encima y al final agregar los cubos de aguacate.

[AGREGA VIDA A TU COMIDA](#)

