



Platos de memoria

SAMA AL HORNO

Ingredientes:

- Sama de 2 kilos
- 2 Cabezas de ajos
- 1 paquetillo de cominos
- 1 Cebollas
- 1 Pimiento rojo
- 1 Manojó perejil
- 1 vaso vino blanco
- 4 papas grandes

Elaboración:

En una bandeja para horno ponemos un poco de aceite y a continuación ponemos las papas en rodajas y le añadimos un poco de sal, añadimos pimiento en tiras y la cebolla.

Se hace un majado con los ajos, el comino y perejil.

Se le añade al pescado, embarrándolo bien y colocamos encima de la verdura.

Introducimos el tomate y el limón en rodajas en los cortes que habremos realizado a la sama.

Añadimos el vaso de vino blanco y un poco de aceite.

Tapamos con papel aluminio para que no se quemé el pescado.

Horno 160 a 170 c 25 min aprox.

metroymediamascerca

Programa de Acción Comunitaria con Mayores





Tu recuerdo ...

Receta de Carmita Ramírez Ramírez.(Cruce de Sardina)