



ROBALIZA CON FABAS E MENTA

INGREDIENTES (para 4 persoas)

4 robalizas ou 2 róbalo limpos
1 cebola
400 gr de fabas frescas tenras
½ limón
2 culleres de menta xa picada
Aceite de oliva virxe extra
Sal



PREPARACIÓN:

1. Picamos a cebola e a poñemos nunha tixola co sal e as fabas a lume baixo durante uns 20 minutos cun pouco de aceite. Comprobamos nunha que sexa grande que estean xa tenras, se non seguimos deixándoas facerse.
2. Quecemos o forno a 180°C e colocamos na bandexa as robalizas salgándoas e ou ben lle engadimos unhas gotiñas de limón ou lle poñemos unhas rodíñas enriba e engadimos, ou pintamos cun pincel mollado, aceite polo corpo do peixe. Deixámolas 15 minutos, dependendo do tamaño.
3. Engadimos a menta ás fabas cando estas xa estean feitas. Retiramos do lume e tapamos.
4. Colocamos no prato ou fonte os anacos de carne da robaliza, quitando as espiñas e as rodas do limón. Engadimos por riba as fabas ben quentíñas, cubrindo cada anaco de peixe.

