



**ABORDO**<sup>®</sup>  
ESPECIALISTAS EN ALIMENTOS CONGELADOS

# Rape Salteado

Disfruta de una dieta equilibrada con este nutritivo plato.

Sugerencia de presentación.

TELÉFONO DE ATENCIÓN AL CLIENTE:  
**901 100 151**  
[www.abordo.es](http://www.abordo.es)



**Tiempo: 20 min.**  
**FÁCIL**

# Rape Salteado

Disfruta de una dieta equilibrada con este nutritivo plato.

## INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:

- 2 cucharaditas de aceite de oliva Virgen Extra Abordo.
- 450 g de rape Abordo en trozos de 2,5 cm.
- 100 g de cebolla Abordo
- 50 g de ajo picado Abordo
- 1 cucharadita de jengibre rallado
- 225 g de puntas de espárragos Abordo.
- 175 g de champiñones laminados Abordo.
- 2 cucharadas de salsa de soja
- 1 cucharada de zumo de limón
- Gajos de limón para adornar
- Tallarines cocidos, para servir

## PREPARACIÓN:

Caliente el aceite en una sartén a fuego medio y saltee el pescado con la cebolla, el ajo, el jengibre, las puntas de espárragos y los champiñones durante 2 ó 3 minutos.

Agregue la salsa de soja y el zumo de limón y déjelo 1 minuto más. Retírelo del fuego.

Sirva el salteado en boles calientes sobre un lecho de tallarines cocidos y adornado con gajos de limón.

TELÉFONO DE ATENCIÓN AL CLIENTE:

**901 100 151**  
[www.abordo.es](http://www.abordo.es)



**Tiempo: 20 min.**  
**FÁCIL**

Más recetas en [www.abordo.es](http://www.abordo.es) y también en nuestro

**facebook**