

Conejo al Ajillo y Dorada con Costra



Desayuno: Huevos al Plato

Casca 2-3 huevos en una sartén con aceite de oliva caliente. Cocina a fuego medio hasta que la clara cuaje pero la yema quede líquida. Añade medio aguacate en láminas, sal marina y pimienta recién molida.

Almuerzo: Conejo al Ajillo

Trocea 600g de conejo y dóralo en aceite de oliva. Añade 6-8 dientes de ajo laminados y rehoga. Incorpora perejil fresco picado y un chorrito de vino blanco. Cocina tapado 20 minutos. Acompaña con 200g de judías verdes salteadas con ajo.

Cena: Dorada al Horno con Costra: Prepara una mezcla con 3 cucharadas de harina de almendra, sal, pimienta y ralladura de limón. Barniza la dorada limpia con aceite y cúbreala con la costra. Hornea a 180°C durante 15-18 minutos. Sirve sobre una cama de canónigos aliñados con AOVE y vinagre de Jerez.