

Bowl de pescado

Ingredientes

- 110 g de coliflor
- ¼ cebolla amarilla
- ½ tomate
- ½ aguacate
- 1½ cucharada de aceite de oliva
- 150 g de pescado blanco
- ¼ sal de cucharadita
- ½ tbsp mantequilla
- cilantro fresco, para servir
- lima, para servir al

Instrucciones

- Con un cuchillo afilado o una mandolina, triture o corte todas las verduras finamente excepto el aguacate. Divida el aguacate por la mitad y retire el pozo. Sacar los trozos de aguacate con una cuchara y cortarlos en rodajas. Colocar en un plato junto con las verduras. Sal y pimienta al gusto, rocíe aceite de oliva por encima.
- Sal el pescado por ambos lados y deja reposar durante unos minutos. Seca el pescado con toallas de papel y frota con el sazón de Tex-Mex por ambos lados.
- Freír el pescado en aceite a temperatura media durante 3-4 minutos a ambos lados, dependiendo del tamaño. Bajar el calor hacia el final. También puede freír el pescado en el horno o en la parrilla al aire libre, utilizando gridiron.
- Cortar el pescado en trozos pequeños con dos tenedores. Espolvorear con aderezo y cubrir con cilantro fresco.

