

Tilapia Horneada en Bolsita

Ingredientes:

½ kilo de Tilapia o cualquier pescado que guste.

1 limón.

3 dientes de ajo molidos.

Una ramita de tomillo fresco o ½ cucharadita de tomillo seco.

Sal y Pimienta al gusto.

1 zanahoria mediana cortada en tiras.

2 tallos de Apio España (Celery) cortado en tiras.

1 Pimentón cortado en tiras.

1 cebolla cortada en tiras.



Preparación:

En un refractario de vidrio agregar el ajo, la sal, la concha del limón rallada y su jugo y la tilapia. Dejar marinar el pescado por al menos 30 min.

Calentar el horno a 180° C.

Cortar papel de aluminio de aproximadamente 30 cm de largo (tome en consideración el tamaño del filete).

Colocar el filete en el centro y colocar los vegetales cortados sobre este y un poco de la marinada, como se ve en la foto "Paso 1". Puede necesitar un ajuste de sal y pimienta.



Para doblar el papel de aluminio como se muestra a continuación:



Unir los sobrantes por encima del filete y hacer un pequeño doble.

Doblar nuevamente para lograr que la parte superior del paquete quede bien cerrada.



Luego cerrar las extremidades doblando hacia dentro unas dos o tres veces. El paquete quedara como se ve a continuación:



Acomodar los paquetes en la bandeja de horno. Hornear por 30 min. Sacar la bandeja del horno, abrir los paquetes y volverlos a colocar en el horno por 10 min. más.

Servir inmediatamente. Es muy rico si le añades un poco de aceite de oliva encima.