

AGUACHILE DE PESCADO

Lista de INGREDIENTES

Para 2 porciones

Limón	7 piezas
Filete de pescado (tilapia o basa)	2 piezas
Cilantro	½ taza
Diente de ajo	1 pieza
Cebolla morada en julianas	¼ de pza
Pepino en medias lunas	½ de pza
Jalapeño (opcional)	½ pieza
Sal	1 pizca
Pimienta	Al gusto



Modo de PREPARACIÓN

- 1.- Licúe el chile con el ajo, cilantro, la pizca de sal y el jugo de limón.
- 2.- Corte el pescado en láminas. Si compra congelado, es bueno cortarlo mientras aún está un poco congelado para que queden delgadas.
- 3.- Coloque en un recipiente la cebolla morada cortada en julianas y el pepino sin semillas cortado en medialunas. Agregue también el pescado y por último la salsa del paso anterior.
- 4.- Deje reposar en el refrigerador por 30 minutos para que se marinen los ingredientes.
- 5.- ¡A disfrutar!

Acompañamiento SUGERIDO

Puede acompañarlo con tostadas horneadas.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR PORCIÓN

Energía (kcal)	Proteína (g)	Grasas (g)	Hidratos de carbono (g)	Potasio (mg)	Fósforo (mg)	Sodio (mg)
170.6	29	2.1	13.5	801	284	122.7

