

Ingredientes:

3 dientes de ajo

1 hoja de laurel

1 cucharada de harina

1 vasito de agua

Sal

Pimienta

1 chorrito de vino blanco

Preparación:

Echamos en una sartén o cazuela aceite de oliva y sofreímos tres dientes de ajos fileteados, añadimos una hoja de laurel; cuando este dorándose echamos una cucharada de harina y removemos hasta disolverla, en cuyo momento echamos un vasito de agua. Al ebulir, añadimos las piezas de pescado y esperamos a que de nuevo de un hervor, salpimentamos y momentos antes de retirarlo del fuego se le vuelca un chorrito de vino seco.