



Bonito con chocolate

Ingredientes

- 600 g de bonito en rodajas o filetes como de 1 cm
- 1 1/2 vasos de los de vino de vino blanco
- 2 cebollas medianas
- 2 hojas de laurel
- 8 cucharadas de aceite
- 1 tableta de chocolate para cocinar (o para hacer a la taza).

Preparación

Poner en una fuente apta para microondas el aceite, añadir la cebolla cortada en aros .

Meter en el microondas durante 20 minutos, a mitad de tiempo remover bien .

Cuando la cebolla se haya dorado, colocar encima las rodajas o filetes de bonito salpimentados y pasados por harina .

Añadir el vino blanco y el laurel y meter en el microondas durante 5 minutos .

Mientras, rallar la tableta de chocolate .

Sacar la fuente, dar la vuelta al pescado y añadir por encima el chocolate rallado .

Meter 10 minutos al micoroondas .

Servir caliente .

.