

Trucha al horno con patatas



Ingredientes de la trucha al horno con patatas para 2 personas

- 400 g de patatas
- 1 cebolla grande
- 2 dientes de ajo
- Sal
- Pimienta negra molida
- Aceite de oliva virgen extra
- 5 hojas de laurel
- 100 ml de vino blanco o caldo de pescado (opcional)
- 2 truchas de ración enteras y limpias (aproximadamente 250 g cada una)
- Perejil fresco
- Unas rodajas de limón

Descripción

Empezamos pelando, enjuagando y cortando 400 g de patatas en rodajas, más o menos de medio centímetro de grosor. Es importante que las rodajas de patata tengan, en la medida de lo posible, un grosor similar para que se cocinen de manera uniforme. También pelamos y cortamos en juliana 1 cebolla grande y picamos muy fino 2 dientes de ajo.

Continuando con la preparación, salpimentamos las patatas, las mezclamos con un chorrito de aceite de oliva y las colocamos en la bandeja del horno junto con 5 hojas de laurel, formando lo que será una cama de patatas para nuestras truchas. Luego, horneamos las patatas durante 20 minutos a 200 °C, con calor arriba y abajo.

Una vez transcurridos los 20 minutos, sacamos las patatas del horno e incorporaremos el ajo picado, la cebolla en juliana y 50 ml de vino blanco o caldo (el resto lo utilizaremos más adelante). Mezclamos bien todos los ingredientes y volvemos a hornear durante 30 minutos, removiendo a la mitad del tiempo para garantizar una cocción uniforme.

Mientras tanto, cogemos 2 truchas de ración y las salpimentamos generosamente por dentro y por fuera. Cuando las patatas estén hechas, colocamos las truchas sobre ellas, vertemos los 50 ml de vino blanco restante y añadimos un chorrito de aceite de oliva virgen extra por encima.

Finalmente, horneamos todo junto durante 15 minutos más, o hasta que las truchas estén hechas al gusto. Este es el punto clave para que nos queden jugosas, pues no hay que excederse en el tiempo dentro del horno. Si queremos una prueba de que están cocinadas, las truchas estarán listas en cuanto los ojos se vuelvan opacos y, además, podemos comprobar que la carne se desprende con facilidad de la espina.

Sacamos inmediatamente el pescado del horno y ya las tenemos listas. Para darle un toque extra de sabor y color, espolvoreamos un poco de perejil fresco picado sobre las truchas y las servimos acompañadas de unas rodajas de limón.