

## Consejos Prácticos Cepesca

### **Menú Especial de San Valentín**

El día de San Valentín puede ser el día ideal para sorprender a tu pareja con una cena llena de amor, salud y exquisitez:

De entrante podemos poner unos **ricos langostinos**.

Hervir agua (sin sal). Meter los langostinos y esperar a que el agua vuelva a hervir. Una vez que el agua ha vuelto a hervir, se sacan y se meten en salmuera (recipiente con agua, hielo y sal) durante aproximadamente un minuto. Sacar y consumir.

De segundo, **una espectacular merluza al horno con jamón serrano**:

Se fríen primero las patatas, se mezclan cuando ya están más o menos con cebolla y ajito. Se escurren bien y se ponen en una bandeja de horno.

Se ponen los medallones de merluza por encima. Añadimos perejil. Y el jamón serrano (si es ibérico de bellota, mejor) como última capa cubriendo los medallones.

Se meten al horno ya precalentado. Y se deja unos veinte minutos. Hasta que la merluza esté doradita.

Y de postre un sorbete de **limón con cava**.

Y dejaremos a nuestra pareja encantada y quizás más enamorada.

*Cepesca es la organización empresarial de ámbito nacional más representativa de la Unión Europea y agrupa a 38 asociaciones de armadores de buques de pesca tanto de bajura como de altura, con más de 750 empresas pesqueras, 861 buques, cerca de 10.000 tripulantes y un tonelaje de arqueo de 225.227 GTs. Entre sus objetivos, la Confederación persigue mejorar la competitividad de las empresas pesqueras, apostar por la formación de las tripulaciones y el relevo generacional, promover el desarrollo de una pesca responsable y sostenible y luchar contra la pesca ilegal. Para conocer más, visita [www.cepesca.es](http://www.cepesca.es)*