

## **Cobia con Ensalada de Col Dulce y Picante**

Tiempo total - 35 minutos (Rinde 4 porciones)

### Ingredientes:

Papel de aluminio antiadherente

1 cabeza de col morada mediana

4 filetes (de 6 oz) de cobia frescos (alrededor de 1 1/2 lb) 5 cucharadas de aceite de oliva extra virgen, divididas

1 cucharadita de sal kosher, dividida

1/4 cucharadita de pimienta negra

1/2 taza de vinagre de arroz

6 cucharadas de néctar de melocotón

1/2 cucharadita de pimienta roja molida

1/2 cucharadita de ajo en polvo

### Pasos:

1. Precalienta el horno a 275°F. Forra una bandeja para hornear con papel de aluminio. Rebana la col finamente. Cubre el pescado con 1 cucharada de aceite, 1/2 cucharadita de sal y pimienta negra, luego colócalo en la bandeja para hornear (lávate las manos); hornea de 20 a 25 minutos, hasta que el centro del filete más grueso se separe fácilmente y alcance los 145°F.

2. Mientras tanto, mezcla en un tazón grande: el vinagre, el néctar de melocotón, las 4 cucharadas de aceite restantes, la pimienta roja, el ajo en polvo y la 1/2 cucharadita de sal restante; añade la col al tazón y revuelve bien. Sirve el pescado sobre la ensalada de col.

Nota: Siempre revisa el pescado para asegurarte que no tenga espinas.