



## Γλώσσα Αχνιστή με μουστάρδα

Μερίδες: 4, Χρόνος Προετοιμασίας: 10', Χρόνος Μαγειρέματος: 20-25'

### Υλικά

- 4-8 φιλέτα γλώσσας (ανάλογα το μέγεθος)
- 2 κ.σ. μουστάρδα Dijon
- 4 μεσαίες πατάτες
- 2 μεσαία κρεμμύδια
- 2 λεμόνια
- Ελαιόλαδο
- Αλάτι & Φρεσκοτριμμένο πιπέρι
- Μαϊντανός
- Νερό

### Εκτέλεση

1. Βάλτε σε μια μεσαία κατσαρόλα μπόλικο νερό να βράσει. Καθαρίστε και κόψτε τις πατάτες σε φέτες (2 δάχτυλα). Μόλις βράσει το νερό, αλατίστε και ρίξτε τις πατάτες. Βράστε για περίπου 10 λεπτά ή μέχρι να μαλακώσουν οι πατάτες.

2. Παράλληλα, κόψτε τα κρεμμύδια σε φέτες (περίπου 1 δάχτυλο) και βάλτε τα σε ένα αντικολητικό τηγάνι μαζί με 1 ποτήρι νερό σε μέτρια φωτιά. Μόλις πάρει βράση, αλατίστε και βάλτε τις γλώσσες και 2 κ.σ. ελαιόλαδο. Αφήστε τις να αχνιστούν για 5-6 λεπτά. Βγάλτε τις από το τηγάνι και προσθέστε τη μουστάρδα και το χυμό των λεμονιών. Αφήστε να πάρουν μια βράση, προσθέστε το ψάρι και τις πατάτες και αφήστε άλλα 2-3 λεπτά ανακατεύοντας απαλά προσέχοντας μην σπάσετε το ψάρι.

3. Μόλις δέσει η σάλτσα, κατεβάστε από τη φωτιά, τρίψτε πιπέρι και σερβίρετε με ψιλοκομμένο μαϊντανό.

**#LoveOnly,**

**Madame Ginger**