

	Recetas Cui sine
	3- 4
	40 minutos (aprox.)
	500gr aprox. de Lomos de bacalao desalado ½ Pimiento rojo dulce ½ Cebolla 350gr de sofrito de tomate casero (1 bote) Harina para rebozar el bacalao Aceite de oliva Sal

Hola! El bacalao es un pescado blanco muy apreciado por su carne, y también por el aceite de su hígado. Las recetas con este pez, son de todos los colores, y raro es el restaurante que no lo ofrezca en su carta. Sin duda alguna, el bacalao, es un punto fuerte de nuestra gastronomía.

Para hacer este plato, he utilizado unos lomos muy frescos y

riquísimos que compró mi madre el otro día. Vienen ya así cortaditos, para llegar y ponerlos en la cazuela, sin tener que desalarlos ni nada. No tenía pensado, pero al verlos en la nevera, me vino un antojo repentino y me adelanté para sugerir que los hiciéramos con tomate; nadie puso objeción, me dejaron al mando y disfrutamos de una agradable comida.

1. Colocamos las tajadas de bacalao en el bol sin ningún accesorio. Cubrimos con aceite de oliva y programamos sin velocidad, 80°, 15 minutos para confitarlo y que nos quede bien tierno y jugoso.



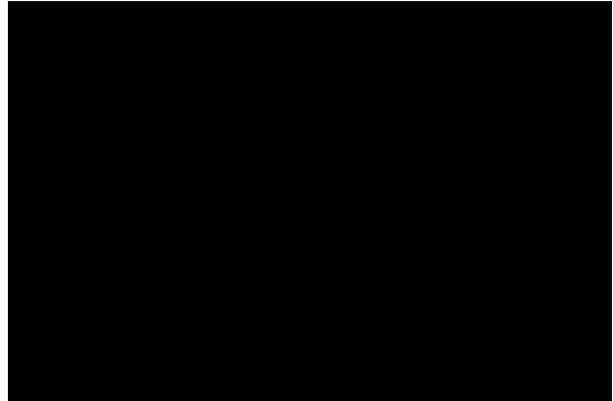
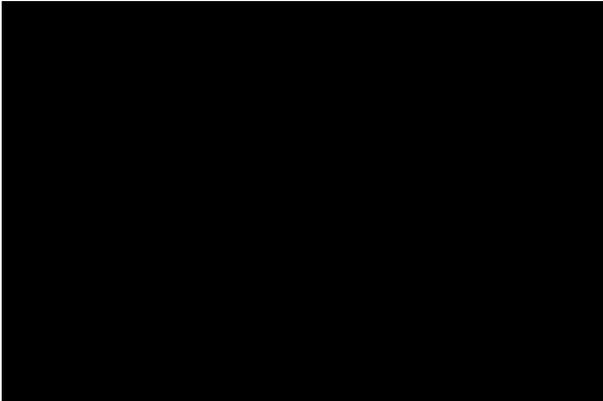
2. Pasamos este aceite a una sartén, y dejamos en el bol unas tres cucharadas. Equipamos el robot con el mezclador y ponemos en el bol la cebolla y el pimiento cortados en cuadraditos pequeños. Programamos cocción lenta P1, 130°, 7 minutos. (Sin tapón todos los pasos)



3. Mientras, ponemos a calentar a fuego medio-alto la sartén con el aceite en el que hemos confitado el bacalao.

4. Pasamos los lomos por harina, sacudimos con cuidado para

retirar el exceso de la misma y freímos en el aceite. Cuando lo tengamos frito, lo vamos dejando sobre papel absorbente para que pierda grasa de la fritura.



5. Añadimos el bote de tomate, y una pizca de sal. Programamos cocción lenta P1, 130°, 7 minutos. Llegados a este punto, y si lo preferimos, podemos poner la cuchilla y triturar la salsa con velocidad 12. Yo lo dejé tal cual, sin trituarlo.



6. Probamos el punto de sal, y rectificamos si es necesario. Quitamos el mezclador y añadimos el bacalao. Programamos sin velocidad, 100°, 5 minutos.

