

Bacalao en salsa verde

Descripción

Esta receta es bastante conocida y se hará en todas las casas, pero me apetecía que vierais mi forma de hacerlo.

La he hecho con bacalao, pero ya sabéis que se puede hacer con otros pescados: merluza, locha...



Ingredientes: (Para cuatro personas).

- * 1 kg de bacalao aproximadamente.
- * 100 gr de guisantes congelados o frescos.
- * 1 guindilla cayena. Opcional pero un toquecito no esta mal.
- * 1 diente de ajo mediano.
- * Caldo o agua, perejil, harina, sal, aceite de oliva.



Preparación:

En la pescadería que nos quiten la piel al bacalao, que nos lo dejen en dos lomos y que lo partan en tacos grandes. Lo limpiamos, sazonamos y reservamos.

En una olla baja y ancha ponemos a pochar el diente de ajo troceadito y la guindilla partida.



Cuando lo tengamos dorado, añadimos los guisantes, lo mezclamos todo un poco y le echamos un poco de caldo o de agua, no demasiado, para que se cuezan. Si veis que se quedan sin líquido y están crudos, añadid un poco mas.

Cuando estÃ©n cocidos incorporamos la harina, no mucha, para que ligue un poco la salsa.



Mezclamos todo bien con cuidado de que no se pegue al fondo de la olla, echamos un poco mas de caldo o agua y seguidamente ponemos el bacalao.



No os despistÃ©is, se cuece muy rÃ¡pido. SerÃ¡n suficiente 10 o 12 minutos.

Â¡Â¡Â¡Â¡ Y a disfrutar de este plato !!!!

CategorÃa

1. Pescados y mariscos

Fecha de creaciÃ³n

septiembre 4, 2014

Autor

admin