



Puerros con patatas y bacalao

Descripci3n

default watermark



¡Vaya receta tenemos hoy! Sencilla, rápida y muy sana, en olla exprés que no estamos para perder tiempo en la cocina.

Ingredientes: (Para cuatro personas).

- 6 puerros medianos.
- 4 patatas hermosas.
- 3 dientes de ajo medianos.

- 400 gr de bacalao en su punto de sal sin piel. Puede ser también desalado.
- 1 vaso (unos 200 ml) de caldo de verdura o de pescado.
- Agua para cubrir el guiso.
- Aceite de oliva, perejil picado.

Preparación:

Troceamos el bacalao a nuestro gusto y reservamos.

Pelamos y cascamos las patatas. Reservamos.

Picamos el perejil y reservamos.

Limpiamos bien los puerros, picamos en cilindros no demasiado gruesos y rehogamos en la olla rápida con un chorro generoso de aceite, removemos de vez en cuando. Cuando esté pochado, añadimos las patatas cascadas, mezclamos bien, rehogamos.

Default watermark





Vertemos el caldo y el agua hasta cubrir el guiso, probamos de sal (¡ojo que el bacalao que pongamos lleva sal!), removemos y cerramos la olla. Dejaremos cocer durante 10 minutos a partir de que empiece el vapor.



Cuando podamos abrimos la olla. Añadimos el bacalao, si es fino como en esta ocasión se hará con el calor residual, si no cerramos la olla y cocemos 3-5 minutos más.



Pelamos y laminamos los ajos, los doramos en una sartén al fuego con un chorrito de aceite de oliva, cuidamos que no se nos quemen. En un vaso batidor echamos líquido de la cocción, los ajos rehogados y perejil picado, trituramos con la batidora y agregamos la mezcla a la olla una vez cocido todo.





Mezclamos bien, yâ?| Â¡A disfrutar del guiso!

Consejo: Debemos tener cuidado con la cantidad de sal que ponemos al guiso porque el bacalao la lleva incorporada.

Síguenos en Facebook: facebook.com/masqpostres

En Instagram: instagram.com/_masqpostres

Mándanos tus recetas, opiniones, sugerencias o a nuestro correo: hola@masqpostres.es

Y si quieres recibir al instante nuestras nuevas recetas, suscríbete pinchando en «Suscribir», en la parte superior derecha de nuestro blog o en la inferior si lo haces desde el móvil.

Categorías

1. Pescados y mariscos
2. Recetas sin horno
3. Verduras hortalizas y legumbres

Fecha de creación

enero 28, 2020

Autor

admin

default watermark