Albóndigas de pescadilla

Nombre de la receta

Albóndigas de pescadilla

Tiempo

2 Horas

Dificultad

Muy sencilla

Personas

4

Alérgenos

- [ ] Gluten
- [ ] Huevo
- [ ] Pescado
- [ ] Moluscos

Descripción

Albóndigas de pescadilla nacional en salsa.

Ingredientes

- 700 gramos de pescadilla congelada sin cabeza
- 2 cebollas
- 6 dientes de ajo
- 1 zanahoria

- 1 puñado de guisantes
- 1 puñado de almejas
- 3 cucharadas soperas de pan rallado
- 3 huevos
- 1/2 litros de aceite
- 5 cucharadas soperas de harina
- 4 ramitas de perejil
- al gusto de sal
- 2 hojas de laurel
- 1 vaso de vino blanco

Pasos

1 En primer lugar ponemos un recipiente con agua a hervir junto con el laurel. Cuando esté cociendo añadimos la pescadilla y la cocemos durante unos 15 minutos. El cocerla un poco es para poder quitar la piel y las raspas fácilmente.

2 Cuando ha cocido, escurrimos la pescada en un escurreverduras y la dejamos enfriar. Una vez templada, le quitamos la piel y todas las espinas y lo pasamos por una picadora. Si no tenemos picadora, cortaremos menuditos los trozos de pescada.

3 En una sartén ponemos a calentar 2 cucharadas de aceite de oliva y añadimos una cebolla y tres dientes de ajo cortados muy finos. Salamos un poco y cuando esté el sofrito, lo echamos sobre la pescada picada. Le añadimos el perejil muy picadito, los tres huevos y el pan rallado. Salamos al gusto y removemos hasta tener preparada la masa para las albóndigas.

4 A continuación, pasamos a hacer las albóndigas. Para ello cogemos un poco de masa y damos forma redonda con las manos. Enharinamos las bolas y las dejamos preparadas para freir.

5 En una sartén honda, ponemos aceite suficiente para freir nuestras albóndigas. Las vamos friendo por tandas hasta que tengamos todas listas.

6 Cuando vamos sacando las albóndigas, las colocamos sobre una fuente con papel absorbente y reservamos.

7 Ahora pasamos a preparar nuestra salsa, para ello ponemos 3 cucharadas de aceite de oliva en un recipiente ancho de base. Cuando el aceite está caliente, echamos la cebolla y los otros 3 dientes de ajo picados finos, la zanahoria cortada en dados y sofreímos. Añadimos una cucharada sopera de harina y sofreímos un momento. A continuación añadimos un vaso de agua y el vaso de vino. Cuando empiece a hervir, dejamos que se evapore un poco el alcohol y añadimos un puñado de guisantes congelados y el puñado de almejas.

8 Por último, añadimos nuestras albóndigas doradas. Tapamos el recipiente y dejamos cocinar a fuego medio hasta que la salsa coja la consistencia deseada y los guisantes estén tiernos. Ya tenemos listas nuestras ricas albóndigas de pescado.

Observaciones o consejos

En esta receta hemos utilizado pescadilla nacional congelada. Se pueden realizar con filetes de merluza fresca que no hará falta cocerlas previamente.

Autor

Matilde Linares