

Bacalao con tomate



Nombre de la receta

Bacalao con tomate

Tiempo

1 Horas

Dificultad

Sencilla

Personas

4

Alérgenos

Gluten Pescado

Descripción

Bacalao con salsa de tomate

Lugar originario de la receta

España

Ingredientes

- 4 lomos de bacalao
- 1 pimiento rojo
- 1 Kilo de tomate

- 1 cebolla
- 100 gramos de harina
- 100 mililitro de aceite de oliva
- al gusto de sal
- 1 cucharadita de azúcar

Pasos

1 Para realizar nuestra tradicional receta, empezaremos por picar en cuadraditos el pimiento una vez lavado y seco. En una sartén de base ancha pondremos 3 cucharadas de aceite de oliva y sofreiremos el pimiento a fuego mínimo.



2 Mientras se va sofriendo el pimiento, pelamos y picamos finamente la cebolla y la añadiremos al pimiento echando un poco de sal para que se vaya pochando.



3 Mientras, pelamos y picamos finamente el tomate, o lo rallamos si preferimos. También lo añadiremos a la cebolla y al pimiento, salamos a nuestro gusto y añadimos una cucharadita de azúcar para la acidez. Dejamos hacer a fuego medio.



4 Por otro lado utilizaremos bacalao congelado al punto de sal. Enharinaremos nuestros lomos de bacalao descongelados. En una sartén pondremos aceite y lo sellamos por ambos lados sin que llegue a hacerse por dentro.



5 Sacamos el bacalao colocándolo sobre papel absorbente en un fuente.



6 Cuando el tomate está prácticamente hecho colocamos con cuidado los trozos de bacalao en la sartén y lo dejamos hacer unos 10 minutos. Se nos quedará hecho pero muy jugoso. Ya tenemos nuestro rico y sencillo bacalao.



Observaciones o consejos

No hay observaciones o consejos.

Autor

Matilde Linares