Bacalao con Pisto

Ingredientes:

Bacalao de Islandia
-Con pisto sobre cama de patatas panaderas-

Ingredientes por ración:

Bacalao congelado PuertoFish
Una patata mediana

Para el pisto
- ½ Cebolla pequeña
- 2 Dientes de ajo
- ½ Pimiento rojo pequeño
- ½ Pimiento verde pequeño
- ½ Pimiento amarillo pequeño
- ½ Calabacín pequeño
- ½ Berenjena pequeña
- 1 Zanahoria

Para la salsa de tomate
- 1 kg de tomate
- 1 cebolla
- 2 dientes de ajo
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- sal (1/4 cucharadita)
- azúcar (1/4 cucharadita)

Bacalao con Pisto

Preparación:

Cocinando el Bacalao

En primer lugar, debemos precalentar el horno a 180º, echamos un chorretón de aceite de oliva virgen extra sobre el bacalao y lo horneamos durante 12 minutos. Mientras, vamos a ir preparando la salsa de tomate casera.

Salsa de tomate casera

Comenzaremos pelando y picando la cebolla, y lo mismo con los dientes de ajo. Ponemos una cazuela a fuego medio y agregamos el aceite cubriendo el fondo. Una vez listo, añadimos la cebolla y los ajos, rehogamos durante 5 minutos.

TRUCO: Si quieres darle más sabor a tu salsa de tomate, puedes añadir pimiento verde y rojo. Los picas y los añades a la vez que la cebolla.

Para acabar, añadimos a la cebolla y el ajo, los tomates picados junto con la sal y el azúcar. Los cocinamos durante 30 minutos. Una vez que estén hechos los pasamos por el pasapurés y estaría lista nuestra salsa de tomate casera.

Mientras se termina de hacer la salsa, vamos con el pisto.

Preparando el pisto

Lo primero es picar los ingredientes muy menudos y posteriormente pocharlos. Ponemos en una sartén un chorretón de aceite de oliva virgen extra, cuando empiece a humear, echaremos en primer lugar la cebolla, los pimientos y el ajo con una pizca de sal, rehogamos durante cinco minutos. A continuación incorporaremos la zanahoria, rehogamos 3 minutos más y por último el calabacín y la berenjena, salamos al gusto.

Bajamos el fuego e incorporamos un poco de nuestra salsa de tomate casera. Removemos de vez en cuando durante 15 min, con esto se irán pochando poco a poco.

Patatas panadera

La última de nuestras elaboraciones son las patatas panaderas.

SABÍAS QUÉ. ? ¿Su nombre se debe al tipo de corte que se le hace?. Se cortan perpendicularmente a su eje longitudinal dejando rodajas de unos 5 mm de grosor.

Para hacerlas comenzaremos lavando, pelando y cortando las patatas en rodajas (en panadera).

Bacalao con Pisto

TRUCO: Para que las patatas no se peguen unas a otras, después de cortarlas, debemos lavarlas para quitarles el almidón y escurrirlas muy bien. Con esto evitamos que salten al ponerlas en el aceite.

Lo ideal es disponer de una freidora para hacerlas, si no es el caso, verteremos abundante aceite en una sartén a fuego alto, cuando esté caliente las pondremos hasta que se doren ligeramente. Es importante removérlas para que se doren bien por todos lados.

Emplatado

Una vez tenemos todos los ingredientes cocinados, vamos a emplatar. Colocamos una cama de patatas panaderas, a continuación, ponemos el lomo de bacalao sobre ellas y por último vertemos abundante pisto por encima.

Y listo, ya solo queda pasarse por el Hotel Rey Silo para degustar este delicioso bacalao con pisto.