



Receta

Bacalao ajoarriero



*Precio**

1,7 €/ración
6,9 €/4 raciones
(*precio aproximado,
sujeto a variaciones).



Dificultad

Fácil.



Tiempo

35 minutos



Ingredientes:

- **400 g de filetes de bacalao** MSC Mari Marinera.
- **180 g pimiento rojo** (1 pieza mediana).
- **8 g de ajo** (4 dientes).
- **100 g de pimiento verde** (1 pieza mediana).
- **1 guindilla de pimienta cayena.**
- **150 g de cebolla** (1 pieza mediana).
- **40 ml de tomate triturado Vegecampo** (4 cucharadas soperas).
- **20 ml de aceite de oliva virgen extra** La Almazara del Olivar (2 cucharadas soperas).
- **Sal y pimienta** al gusto.
- **Perejil** para decorar.



Elaboración



Prepárate para disfrutar de una explosión de sabores y aromas con el bacalao al ajoarriero. Es un plato sencillo y muy resultón, que dejará sorprendidos a tus comensales. Para esta receta lo ideal es utilizar bacalao desalado en tiras o desmigado, pero puedes utilizar otras presentaciones.

- Lavamos, pelamos y cortamos en dados los pimientos, la cebolla y el ajo. En una cazuela ponemos aceite y a fuego suave sofreímos los ajos y la pimienta cayena.
- Incorporamos los pimientos y la cebolla y rehogamos durante 30 minutos. Llega el momento de introducir en la cazuela el bacalao desalado y desmigado. Añadimos también el tomate triturado y dejamos que se mezclen bien todos los sabores durante 5 minutos.
- Retiramos la cazuela del fuego y espolvoreamos perejil al gusto para decorar. Ya está listo para comer.





Trucos y alternativas

- Si no queremos que pique, en lugar de cayena podemos utilizar pimentón dulce ahumado.
- También podemos ir jugando con las verduras, incorporando por ejemplo zanahoria o calabacín.
- Podríamos experimentar añadiendo garbanzos o judías blancas para enriquecer el plato, además de aportar un sabor delicioso.

Aprovechamiento

- Si sobra bacalao al ajoarriero, una opción bastante sencilla es rellenar unas empanadillas o tortitas y hacerlas en la airfryer o al horno. Quedarán crujientes y sabrosas. Solo tenemos que coger masa de empanadillas, rellenarlas con el bacalao, cerrarlas con ayuda de un tenedor y pintarlas con un poco de huevo. Las ponemos a asar y ¡listo!.
- Otra opción sería hacer un arroz con bacalao de aprovechamiento. Es una receta muy resultona. Ponemos el bacalao al ajoarriero en una paellera, le ponemos caldo de pescado y guisantes si quieres y una vez hirviendo le añadimos el arroz. Dejamos que se cocine y tenemos listo el arroz con bacalao, con un sabor muy rico.



Comer
mejor
cada

