

Receta Cepesca:

Receta: Bacalao picante al horno



Ingredientes:

- 500 gramos de lomos de bacalao
- 150 ml de vino blanco
- 3 o 4 dientes de ajo
- Dos guindillas
- Perejil
- Aceite de oliva virgen
- Sal
- Patatas

Preparación:

Precaentamos el horno a 200 ° y mientras vamos a preparar todo. Pelamos y cortamos el ajo en láminas. Picamos el perejil fresco y las guindillas por separado.

Pelamos y cortamos en trozos redondos y finitos la patata.

Echamos aceite de oliva virgen extra en una bandeja de horno e introducimos el bacalao. Lo dejamos unos diez minutos calentando.

Mientras, en una sartén freímos el ajito laminado, las guindillas y lo dejamos a fuego lento. Cuando ya estén dorados los apartamos del fuego.

Sacamos el bacalao del horno, lo abrimos o si está desmigado, repartimos el ajito y las guindillas por encima y añadimos el perejil picado y un poco de sal.

Vertemos vino blanco por toda la bandeja y lo volvemos a meter en el horno y dejamos que se siga haciendo durante 8 minutos más. Lo importante es que esté hecho pero que no se quede seco, si está algo crudo lo dejamos horneando más.

Lo sacamos y listo para servir.

Sobre CEPESCA

Cepesca es la organización empresarial de ámbito nacional más representativa de la Unión Europea y agrupa a 36 asociaciones de armadores de buques de pesca tanto de bajura como de altura, con 750 empresas pesqueras, 815 buques, cerca de 10.000 tripulantes y un tonelaje de arqueo de 212.361,58 GTs. Entre sus objetivos, la Confederación persigue mejorar la competitividad de las empresas pesqueras, apostar por la formación de las tripulaciones y el relevo generacional, promover el desarrollo de una pesca responsable y sostenible y luchar contra la pesca ilegal. Para conocer más, visita www.cepesca.es