

Bacalao a la Narcisca

por Abuelo



Información

Dificultad: Fácil

Comensales: 2

Precio: Baja

Tipo de plato: Principal

Ingrediente principal: Pescado

Temporada: Todo el año

País: España

Ingredientes

1 lomo de bacalao desalado por persona
1 cebolla picada en juliana
1 pimiento rojo por persona
1 patata mediana por persona
harina para rebozar
1/2 copa de vino blanco
2 ajos
aceite de oliva
sal

Preparación

En una sartén con aceite se echan los ajos enteros, cuando estos empiezen a freirse se retiran y se incorpora la cebolla picada a fuego medio y se rehoga.

Cuando la cebolla esta lista se le incorporan los pimientos cortados en tiras, se sala y se deja sofreír lentamente, removiendo de vez en cuando para que no se quemen los pimientos. y se cocinen todos.

Por otro lado se pasa el bacalao por harina y se fríe en una sartén por todos los lados para sellar. Hasta que esta dorado por todos los lados.

Cuando esta listo se retira para incorporar con los pimientos.

En la sartén donde tenemos los pimientos se echa un poco de vino blanco y se deja evaporar.

Se incorporan los trozos de bacalao para terminar de cocinarlos junto a los pimientos y a las cebollas para unir sabores.

Se tapa y a fuego lento se deja cocinar durante 8 -10 min, hasta que el bacalao este en su punto. El tiempo de cocinado dependera del grosor de los trozos de bacalao.

Por otro lado, se cortan las patatas en rodajas finas, tipo chips.

Se pone en una sartén aceite abundante para freir las patatas. También se pueden hacer en la freidora.

Cuando las patatas esten listas, se sazonan y se colocan en la base del plato, luego encima se colocan los pimientos y las cebollas y encima el bacalao. Y listo para comer.

<http://www.recetasyvinos.com/receta/1259590/bacalao-a-la-narcisca/>