BACALAO ESPIRITUAL

TM-31
INGREDIENTES PARA 8 RACIONES
ENERGÍA 384,6 Kcal/ración
PREPARACIÓN: 10 min
HORNEADO: 10 min
TOTAL: 35 min

- 1-2 patatas cortadas en juliana
- 250 g de aceite (para freír)
- 200 g de cebolla en cuartos
- 2 dientes de ajo
- 200 g de zanahoria troceada
- 500 g de bacalao en salazón remojado y desalado (sin piel y sin espinas)
- 50 g de pan blanco
- 50 g de leche

BECHAMEL

- 300 g de leche
- 200 g de nata
- 60g de harina de repostería
- 60 g de mantequilla (y un poco más para gratinar)
- sal
- pimienta negra recién molida
- 1 pellizco de nuez moscada
- 2-3 cucharadas de pan rallado

PREPARACION:

- Fría las patatas paja en una sartén con abundante aceite caliente. Retire sobre papel absorbente y reserve.

- Ponga en el vaso la cebolla, los ajos, la zanahoria y 80 g del aceite de freír las patatas y trocee 10 seg/vel 5.

PATRICIA CRUZ

- Sitúe el recipiente Varoma en su posición con el bacalao y programe 15 min/ varoma/ vel cuchara. Mientras tanto, ponga en un bol el pan y la leche.

- Retire el Varoma, rehogue el contenido del vaso 5 min/varoma/vel cuchara y, mientras tanto, desmenuce el bacalao.

- Añada en el vaso el bacalao y el pan mojado en la leche y mezcle 5 seg/vel 3. Vuelque en una fuente refractaría y reparta las patatas paja fritas por encima. Reserve.

- Precaliente el horno con grill a 180 ºC.

PREPARACION DE LA BECHAMEL:

- Sin lavar el vaso, vierta la leche, la nata, la harina, la mantequilla, la sal, la pimienta y la nuez moscada y mezcle 5 seg/ vel 4. Después, programe 8 min/ 90ºC/ vel 3. Vierta la bechamel en la fuente reservada con las patatas, el bacalao y las verduras.

- Espolvoree la superficie con el pan rallado y unos trocitos de mantequilla y gratine durante 10 min hasta que la superficie esté dorada. Sirva inmediatamente.

SUGERENCIAS

Puede prescindir de las patatas paja o utilizarlas envasadas.

PATRICIA CRUZ