

BACALAO A LA PORTUGUESA

EL SABOR DE LA TRADICIÓN MEJOR GUARDADA



En nuestro recetario vas a encontrar muchas ideas del norte de España, alguna de Francia y como no podía ser de otra forma...también de Portugal.

Portugal es uno de los países expertos en cuanto a bacalao se refiere, por eso hemos decidio hacer la selección que más nos gusta de las recetas del país vecino. Una de las peculiaridades de la cocina portuguesa, es que alterna los toques más tradicionales, con todas las novedades que su cultura va descubriendo. Este plato que te traemos ahora es muy típico del norte del país, de la zona cercana al río Miño y que a pesar de lo que pueda parecer por su sencillez, es una receta más que cotizada e implementada en todo tipo de restaurantes, desde lo más económicos a los gourmet.

Si has viajado a Portugal, sabrás que este plato se puede realizar de diferentes formas y que lo mejor de todo es, que todas están igual de ricas.

BACALAO A LA PORTUEGUESA

15 minutos Tiempo de preparación

60 minutos Tiempo decocción

75 minutos Total



Segundo plato



Bacalao, patatas, cebollas, oporto blanco, pimentón dulce, aceite de oliva virgen extra, harina y sal.



Plato para 5 personas



245 KCal

BACALAO A LA PORTUGUESA

EL SABOR DE LA TRADICIÓN MEJOR GUARDADA



INGREDIENTES

- 4 lomos de bacalao
- 4 patatas grandes para hornear
- 3 cebollas grandes
- 1 vaso de Oporto blanco, coñac o brandy
- pimentón dulce
- Aceite de oliva virgen extra
- Harina para rebozar
- Sal

PREPARACIÓN



En primer lugar, recuerda desalar tu bacalao, en nuestro blog te contamos cómo hacerlo sin volverte loco y además, sin que el pescado pierda sabor o propiedades.

Ahora que nuestro DonBacalao ya está listo para cocinar, podemos comenzar a preparar el resto de ingredientes.

Vamos a comenzar con la cebolla, que le va a dar a este plato gran parte de su sabor. La cortamos en juliana (si te gusta más de otra forma, puedes probar) y una vez cortada a cocinar. Añádela en una sartén grande con 5 cucharadas de aceite de oliva virgen extra y esperamos a que esta se ablande y comience a hacerse.



BACALAO A LA PORTUGUESA

EL SABOR DE LA TRADICIÓN MEJOR GUARDADA

Para que no se pase antes de tiempo, procura buscar un punto medio en el fuego (tirando a bajo) y no dejes de darle vueltas con una cuchara de palo. Mientras revuelves, añade pimentón dulce y cuanto ambos ingredientes estén bien mezclados, entonces será el turno del vino. Cuando esté todo en la cazuela, sigue removiendo durante 2-3 minutos y después retíralo del fuego.

Importante: no limpies la sartén porque queremos ese caldito y ese sabor para añadirlo al final a la receta.

A continuación es el turno de las patatas. Vamos a comenzar pelándolas, lavándolas y cortándolas en láminas finas (unos 4 mm de grosor). Después las freímos en abundante aceite dejándolas un poco duras (terminarán de cocinarse en el horno, cuanto más las hagas ahora, más te arriesgas a que luego se queden pasadas y secas).

Eliminamos el exceso de aceite y ponemos a freír el bacalao previamente enharinado sin excedernos de tiempo.

Ahora vuelve a tu DonBacalao, pon un plato con un poco de harina (la que tu prefieras); pásalos por ese plato de uno en uno, sacúdelos para quitarles el exceso y séllalos durante uno o dos minutos por cada lado. En este caso ocurre como con las patatas, el pescado se terminará de hacer en el horno, por lo que si ahora lo cocinamos mucho, nos arriesgaremos a que después se nos quede seco y pasado.

Una vez hayas pasado todos los trozos por la sartén, quítales el exceso de aceite con una servilleta de papel y prepárate para meterlo todo al horno.

Coge una fuente de horno y añade en la base las patatas, un chorrito de aceite muy fino y un poco del sal (al gusto). A continuación pon lo lomos de DonBacalao encima y distribuye la salsa por las patatas y el pescado; asegúrate de que la salsa y toda la cebolla cubran bien todos los huecos posibles para que con el calor del horno, para que suelten sabor y cada bocado tenga el toque que queremos conseguir.

Precalienta el horno y ponlo a 170° con calor por arriba y por abajo durante unos 20 minutos.

Conforme pase el tiempo, revísalo para asegurarte de que todo sigue en orden y nada se quema; una vez pasen los 20 minutos, sácalo del horno y a emplatar.

Cuando vayas a servir, sigue el mismo orden de la fuente del horno: patatas, bacalao, cebolla y salsa.

¡A disfrutar!

DON BACALAO
EL MEJOR BACALAO



BACALAO A LA PORTUGUESA

EL SABOR DE LA TRADICIÓN MEJOR GUARDADA

NOTAS

- Hay diferentes formas de acompañar esta receta, en Portugal muchos restaurantes la acompañan de pequeñas patatas al horno con sal o aceitunas negras.
- Además, como decoración final, puedes añadir algún pimiento asado que le de un toque de color y de sabor final.
Conforme repitas la receta, aprovecha y prueba diferentes formas de hacerla para encontrar el punto que más te guste. El bacalao a la portuguesa es una receta muy sencilla que nos permite hacer modificaciones y tantas variaciones como queramos.