

Bacalao a la bilbaína

acompañado de patatas gratinadas con queso

Familia **Picante opcional**

15



Bacalao



Chili en escamas



Patata



Nata líquida



Queso italiano
rallado curado



Nuez moscada

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, ajo, vinagre de vino tinto.

Cocinando: 20 mins
Listo en: 40 mins



La salsa bilbaína es típica de la cocina del País Vasco, más concretamente, de Bilbao. Esta salsa se caracteriza por ser una emulsión a base de aceite de oliva, ajo y un elemento picante, en este caso, chili en escamas. Cubrimos el bacalao con esta salsa y acompañamos con un pastel de patata con queso gratinado, perfecto para equilibrar el plato y hacerlo aún más apetitoso.

Antes de empezar

Planifica qué receta cocinarás primero según la caducidad de sus ingredientes y limpia las frutas y verduras. ¡No olvides lavarte las manos!

Utensilios necesarios:

Fuente para el horno, bandeja de horno con papel de horno, bol, colador, tenedor, sartén mediana, olla mediana, pelador.

Ingredientes

	2P	4P
Bacalao 4)	250 gramos	500 gramos
Chili en escamas	1 sobre	2 sobres
Patata	400 gramos	800 gramos
Nata líquida 7)	200 ml	400 ml
Queso italiano rallado curado* 7)	20 gramos	40 gramos
Nuez moscada	½ sobre	1 sobre
Ajo	1 unidad	2 unidades
Vinagre de vino tinto	1 cucharadita	2 cucharaditas

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	461 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2540/ 607	551/ 132
Grasas (g)	42,4	9,2
de las cuales saturadas (g)	16,9	3,7
Carbohidratos (g)	40,7	8,8
de los cuales azúcares (g)	5,6	1,2
Proteínas (g)	31,4	6,8
Sal (g)	0,7	0,2

Allergens

4) Pescado 7) Leche.

Para más información de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en el envase de cada ingrediente.

¡Recíclame!



Cocina las patatas

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! Precalienta el horno a 220°C con la opción de gratinar. Pela las **patatas** y córtalas en rodajas de 0,5-1 cm. En una olla, agrega las **patatas**, cúbre las con **agua** y añade una pizca de **sal**. Lleva a ebullición y, cuando hierva, baja a fuego medio y cocina 15-18 min o hasta que estén blandas.



Hornea el bacalao

Salpimenta el **bacalao** y colócalo con la piel hacia abajo en una bandeja de horno con papel de horno. Agrega un chorrito de **aceite** sobre el **pescado** y hornea durante 12 min, hasta que esté bien cocinado en el interior.

RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular pescado crudo.



Prepara los ingredientes

Mientras tanto, agrega en una fuente para horno un chorrito de **aceite** y repártelo bien por toda la base de la fuente. En un bol, agrega la **nata líquida** y la mitad de la **nuez moscada** (doble para 4p). **Salpimenta** y mezcla bien.



Prepara la salsa bilbaína

Pela el **ajo** (ver cantidad en ingredientes) y córtalo en láminas finas. En una sartén, agrega un chorrito generoso de **aceite**, el **ajo** laminado y **chili en escamas** al gusto. Cocina a fuego medio 1-2 min, hasta que el **ajo** se dore. Retira del fuego, agrega el **vinagre de vino tinto** (ver cantidad en ingredientes) y remueve.



Gratina las patatas al gratén

Cuando las **patatas** estén listas, escúrrelas y colócalas en la fuente para el horno. **Salpimenta** y aplástalas ligeramente con ayuda de un tenedor. Agrega sobre las **patatas** la mezcla de **nata líquida** y **nuez moscada** y, luego, cubre con el **queso rallado**. Hornea en el estante superior del horno 14-16 min o hasta que el **queso** esté gratinado y las **patatas** queden tiernas.



Emplata y disfruta

Sirve las **patatas al gratén** a un lado de los platos y agrega el **bacalao** al horno al otro lado. Cubre el **bacalao** con la **salsa bilbaína**.

CONSEJO: !OJO! El pescado puede contener espinas.

¡Que aproveche!

¡Ponle nota, chef!
Tu opinión es nuestro
ingrediente secreto.

