

BACALAO A LA CAZUELA

INGREDIENTES:

Para 4 personas
4 trozos de lomo de bacalao (750 gr)
1 cebolla grande
2 tomates grandes y rojos
2 o 3 dientes de ajo
3 pimientos verdes
1 pimiento rojo
1 ramita de perejil
Orégano al gusto
Aceite de oliva virgen extra
Sal al gusto



1. Desalar, sofrito y al horno.

Conviene colocar el trozo de bacalao debajo del grifo hasta que pierda totalmente la sal que lo cubre y, posteriormente, meterlo en un recipiente con agua en el frigorífico, procurando cambiarle el agua un par de veces al día, al menos dos días e incluso tres, si la pieza es gruesa.

Se hace un sofrito con la cebolla, los pimientos, los ajos y tomates y, cuando está casi terminado, se le agrega el orégano. Se sazona, teniendo en cuenta el bacalao.

En una cazuela de barro se vierte parte del sofrito, se coloca encima el bacalao, se echa el resto del sofrito por encima y se salpica de perejil y una pizca de ajo muy picados, metiéndolo al horno durante aproximadamente media hora a 150 grados.
