



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Bacalao med lettsaltet torsk og rustikt brød

Bacalao

350 g poteter
1 stk gul løk
1 stk hvitløksfedd
1 stk gul paprika
350 ml moste tomater
¼ pakke chiliflak
325 g lettsaltet torskfilet
1 ts sukker ^B
2 ss olivenolje ^B

Tilbehør

2 stk rustikke multibrød

olje ^B
salt ^B
pepper ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 230 grader varmluft.
2. **Bacalao:** Kutt potetene i skiver eller terninger, og kok dem i lettsaltet vann i 10–15 minutter. Sil av vannet.
3. **Bacalao, fortsettelse:** Skrell løken og hvitløken. Rens paprikaen. Kutt løken i skiver, finhakk hvitløken og kutt paprikaen i store terninger.
4. **Bacalao, fortsettelse:** Varm opp en vid kjele til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek løken og hvitløken i 2–3 minutter, til løken er blank. Tilsett paprikaen, de moste tomatene, chiliflakene og 1 ts sukker. La det hele småkoke i 10 minutter. Skjær fisken i store terninger. Vend de kokte potetene inn i tomatsoasen, og legg fisketerningene på toppen. Trykk fisken litt ned i sausen, sett lokk på kjelen, og la bacalaoen trekke i 5–7 minutter. Smak til med salt og grovkvernet sort pepper.
5. **Tilbehør:** Stek de rustikke multibrødene som anvist på pakken.
6. **Servering:** Topp bacalaoen med 2 ss olivenolje og grovkvernet pepper ved servering.



TIPS!

Har du litt røkt paprikapulver i skapet? Det passer godt i denne retten. Sorte oliven er heller aldri feil i en bacalao.