BACALAO CON LECHE DE COCO

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Flor Roja

Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Segundo plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Saludable
Coste: Económico

Descripción:

Acompañamiento: Arroz blanco hervido

Ingredientes para 4 personas :

- 500 gramos de bacalao desalado
- 2 cebollas
- - 2 dientes de ajo
- El zumo de 1 limón
- 250 ml de leche de coco
- 1 guindilla fresca
- 8 ramitas de cilantro fresco
- 4 cucharadas de aceite de girasol
- - sal

Preparación:

Paso 1

Lavar el bacalao y eliminar piel y espinas. Trocearlo. Pelar y picar los dientes de ajo y las cebollas. Lavar y secar perfectamente el cilantro. Picarlo. En una sartén se calienta el aceite de girasol y se sofríen la cebolla y el ajo picados. Después se incorpora la guindilla entera para un picor suave o picada para un sabor más intenso. Agregar la leche de coco y un vasito de agua. Salar ligeramente y dejar cocer unos 20 minutos. Transcurrido el tiempo de cocción de la salsa, se rocía con el zumo de limón, mezclar bien y añadir el bacalao troceado, quedando cubierto por la salsa. Dejar cocer 10-12 minutos hasta que esté listo. Servir el bacalao con la salsa y guarnecer con el arroz hervido