RecetaKA

ENSALADA DE TOMATE Y BACALAO



Ingredientes para 8 porciones: 400 g bacalao desalado / 3 tomates de ensalada (raf, rosado o azul) / 2 tomates rojos bien maduros, tipo pera o rama / 1 diente de ajo / 2 cucharadas aceitunas negras / aceite de oliva virgen extra / sal / pimienta / cebollino y brotes para decorar

AROS PARA EMPLATAR: 9CM

PESCADO

Elaboración

1. Cocer los trozos de bacalao en agua hirviendo unos 4'. Dejar enfriar.
2. Una vez frio separar con cuidado las lascas.
3. Prepar el aliño: rallar el diente de ajo y picar un poco más para que quede lo más finamente posible
4. Rallar los tomates maduros. Escurrir el agua y echarlos en un bol pequeño junto con el ajo.
5. Mezclar con un poco de sal, pimienta y un chorrito de aceite de oliva virgen extra.
6. Cortar en rodajas finas el tomate de ensalada. Picar finamente las aceitunas negras. Picar el cebollino.
7. Prepar la ensalada: Utilizar un aro de emplatar y alternar: 2 rodajas de tomate + pequeñas lascas de bacalao repartidas en una capa + 2 rodajas de tomate + una capa de aliño bien repartida + 1 capa de lascas de bacalao + 2 rebanadas de tomate + 1 capa de aliño + 1 capa de aceitunas.
8. Decorar con cebollino y brotes. Quitar el aro y servir.

Nota: *Al cocinar los niños tendrán que realizar tareas que no siendo realizadas con cuidado, conllevan riesgos (cortar, hervir, pelar...). Aunque en La Escuela aprenden a realizarlas con prevención, es importante que en casa los padres* ***supervisen, ayuden y se diviertan*** *cocinando con los niños*