

La Cocina del Bacalao

La Cocina del Bacalao

Felipe Luzón Nogué

Bárbara Luzón Fernández

Felipe y Bárbara Luzón

La cocina del bacalao

por

Felipe Luzón Nogué

Bárbara Luzón Fernández

Edición propia. Digital no venal

Coordinador Felipe Luzón

Edición 2006

Copyright Concepto, recetas propias y familiares F. y B. Luzón

Copyright recetas propias: sus autores

Queda totalmente prohibida, si autorización escrita de los titulares del Copyright, la reproducción total o parcial de esta obra, por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía o el tratamiento informático

Deposito legal H 196 -2006

La Cocina del Bacalao

A nuestras familias

Nota previa: En la lectura de este libro encontraremos, palabras, modismos y formas de escribir o acentuar palabras, que pueden chocarnos. Se debe a que es un resumen de recetas de cocina basado en recopilación popular y escrito en su idioma coloquial. Idioma coloquial de una región andaluza en la que se dice Almirez, Almohajiz, Alcaucil y que tiene modismos propios que no solo aceptamos, sino que creemos se deben conservar siempre que se entiendan.

INTRODUCCIÓN

Realmente cuando empezamos a escribir libros de pescado y a recopilar recetas, no pensamos nunca en lo divertido que era, ni en el montón de anécdotas que nos iba a reportar. Lo empezamos porque había recopilado muchas recetas tanto de mejillón, como de atún. Margarita mi mujer me pidió que las guardase en el ordenador y tirase los papeles que tenía guardados en cajas de zapatos, y así salieron casi solos La Cocina del Atún y El Mejillón en su Fogón.

El libro La Cocina de la Gamba surge cuando en una presentación de la Gamba de Isla Cristina, un periodista me pidió que le pasase las recetas de gambas que tenía recopiladas. ¡Madre mía, cuantas recetas!

Pero en la elaboración de los tres libros necesitamos de la ayuda de otras personas que nos dieron sus recetas, con ello lo que eran en un principio dos cajas de zapatos se convirtieron en dos cajas de plástico de tamaño considerable, rellenas de carpetas con fichas de recetas de pescado.

¿ Porque nos paso eso? Muy sencillo, cuando a una señora le pedíamos una receta, nos daba no solo esa receta, sino que nos daban otras recetas, y recetas de otros pescados. Entramos en una gastronomía de puertas a dentro con unos matices y unas cualidades que nos asombraron.

Empezamos a distinguir lenguados de sollas, lenguas, halibuts, soldaos, golletas, etc y a conocer y reconocer las diversas especies de pescados. No solo a reconocerlos, también aprendimos a comerlos y degustarlos.

En nuestros rastreos, encontramos muchas recetas de bacalao, y posteriormente nos dedicamos a rastrear recetas de bacalao en la zona del Golfo de Cádiz, en la Provincia de Huelva y esporádicamente en nuestras vacaciones en Barcelona, Murcia y Lisboa también encontramos recetas. De todo ello nos ha salido este libro de cocina del bacalao, que se basa fundamentalmente en la cocina del bacalao en salazón, el bacalao ahumado y el bacalao fresco, y que no solo contiene recetas de nuestra costa, también hay de Portugal.

La cocina del bacalao en Portugal tiene una gran tradición y como dice el dicho popular esta compuesta de un plato por casa y un plato diferente para cada día del año. En Ficalho conocemos un restaurante que solo tiene carta de bacalao, y que los

La Cocina del Bacalao

fin de semana ofrece en su carta mas de setenta y cinco variedades. ¡Y todas de bacalao en salazón!

Pese a todo cuando hemos terminado la elaboración de este libro, hemos llegado a la conclusión de que en Andalucía hay tantas formas de comer bacalao como en Portugal, al menos en la Provincia de Huelva, aunque no sea el Plato Nacional.

Nos llamo la atención un hecho, para la misma denominación podemos tener varias formas de elaboración, depende mucho de la zona entre otras cosas. Pero mas curioso es que la misma receta puede tener varios nombres.

Por ejemplo bacalao a la Vizcaína, tenemos varias recetas cuya única similitud es que son a base de bacalao.

Por el contrario tenemos una receta que se llama Bacalao al Postigo, Bacalao a la Paisana, Bacalao a la cazadora ... y es siempre no solo la misma, también son las mismas cantidades

Hemos resuelto el problema dándole la primera denominación que nos dieron o la que suma mas votos, la verdad es que no hemos seguido un criterio fijo sino mas bien un criterio intuitivo. Esperamos que no nos critiquen demasiado por este hecho; los que escriben libros de cocina nos entenderán, seguro que a ellos les pasa mas de una vez lo mismo.

También hemos encontrado que una misma denominación puede cambiar la receta según sea bacalao fresco o en salazón, por ejemplo el bacalao a la gallega.

Hay dos cosas que queremos destacar, una es que las recetas de este libro no son recetas de restaurantes pomposos y con tres estrellas Michelin. Son recetas de cocina normal, cocina casera o si me permiten de Gastronomía de Puertas Adentro, vamos recetas que puede hacer cualquier persona, sin grandes complicaciones y sin tener que usar un bogavante para hacer un caldo.

La otra es que están escritas en andaluz coloquial, mas o menos como nos las contaron. Andaluz coloquial que es el idioma que entienden nuestras madres y nuestras abuelas, respetando no solo sus modismos, sino también su ortografía.

Surge una pregunta que contesto aquí antes de que se me formule. ¿Cómo dices que las señoras que os han proporcionado las recetas son andaluzas, si hay recetas de Sabadell, de Murcia o de otras regiones?

La contestación es sencilla, hay mas andaluces en Sabadell que en Isla Cristina y salvo raras excepciones, son los que se toman la copita a medio dia en Can´ Salva y los que cuando voy a mercado y digo “niña, ¿me pones cuarto y mitad de pijotas?” no solo me entienden sino que se alegran. Hablamos de pescado y receta al canto; generalmente las tenemos, pero siempre encontramos cosas nuevas.

Por ello, y salvo contadas excepciones, las recetas que presentamos no están recogidas con anterioridad en otros libros de cocina o en el Libro Las Mejores recetas de Bacalao de Rafael Penagos; al menos estimamos que casi el cincuenta por ciento de las recetas es la primera vez que se publican.

Hay otro aspecto fundamental para entender este libro, y poder elaborar sus recetas y es como se prepara el bacalao en salazón

Hay múltiples formas las fundamentales son:

Desalado: El bacalao en salazón, siempre, antes de prepararlo hay que lavarlo al grifo y quitar la sal que lo recubre. Posteriormente se desala dándole varios cambios de agua el tiempo que indica la receta.

Escaldado: Tras quitarle la sal que lo recubre al grifo, se introduce en agua hirviendo el tiempo que dice la receta, aunque tiempo este es orientativo. Se saca como mínimo cuando se produzca una espuma.

Blanqueado: Se cuece hasta que aparece la espuma pero partiendo de agua fría, el tiempo de blanqueado se mide desde que comienza a hervir. Cuando se blanquea se ablanda, el grado de dureza de mide pinchándole una aguja o la punta de un cuchillo. Cuando este en el punto de dureza deseado, se retira del fuego.

Templado: Se llama así al blanqueado que se produce solo hasta que aparece la espuma. En este momento se retira del fuego; generalmente queda ablandado. Otro sistema es llevar a fuego muy bajo a cincuenta grados de temperatura.

Todas las formas son validas y hay recetas que emplean ambos sistemas para prepararlo, generalmente cuando son piezas gruesas o grandes.

La Cocina del Bacalao

Cuando hablamos de bacalao hablamos de un pez malacoptericio, fusiforme y de una envergadura que por lo general suele ser de varios kilos, del Orden Gadiforme y de la Familia Gadidos.

Tiene una gran variedad de especies, pero nosotros solo vamos a destacar cuatro que son las que pueden aparecer en nuestros mercados:

Gadus morhua o bacalao común del atlántico norte

Sillota australis o bacalao criollo, se da en aguas del Atlántico sudoeste o del Pacífico sudeste

Gadus macrocephalus o bacalao de Alaska

Gadus ugall o bacalao de Groenlandia

A nuestros mercados llega de las siguientes maneras de conservación:

Fresco

Refrigerado

Congelado

Ultracongelado

En salazón

Preparado

Ahumado

Conserva

No vamos a incidir en ello, solo diremos que el bacalao en salazón presenta dos variedades:

El bacalao blanco

El bacalao dorado

El bacalao blanco es un pescado que se pesca y prepara en puertos cercanos a las zonas de pesca. Llega a puerto y allí tras eviscerarlo y salarlo, se manda al mercado. Es un proceso rápido y el bacalao conserva una parte de su agua. Esto se nota a la hora de cocinarlo, pues varía su consistencia y en cierto modo su sabor.

El bacalao dorado es un pescado que se prepara en altamar, se eviscera y se sala en el mismo barco, se guarda en bodega y tarda varios meses en llegar al mercado. Esto hace que pierda totalmente el agua, tome un color mas amarillento su carne, de ello le viene el nombre de bacalao dorado, y su consistencia y sabor sean mas recios.

Su forma de cocinar es:

Plancha
Grill
Estofado
Guisado
Frito
Asado
Cocido
Crudo

Y su despiece:

Eviscerado
Lomos
Huevas
Filetes
Pieza
Colas
Cocochas
Cabezas
Hígados
Ahija o ventresca
Supremas

Finalmente solo diremos que pese a que se están sobre explotando los caladeros, ya tenemos una cultivabilidad media en especies como el Gadus morhua, aunque sea a base de acuicultura marina. Esto es algo que a mi entender es esperanzador, dado el gran consumo de bacalao que tenemos hoy en dia.

Como colofón deseamos agradecer a todas las Señoras que nos han dedicado su tiempo y atención al darnos sus recetas, sin las cuales no habría sido posible, escribir este libro, y a las cuales reseñamos en el pie de su propia receta

ABIERTITOS DE BACALAO AHUMADO

Ingredientes: (4 personas)

*Ocho rebanadas de pan de molde
un vaso de mayonesa*

*un paquete de bacalao ahumado
una lata de puntas de espárragos*

Preparación:

“Se tuesta el pan, se napa con mayonesa y se cubre con una lamina de bacalao ahumado. Se adorna con las puntas de espárrago y se sirve.”

En la receta original cubre el pan con una lonchita de tomate. Recogida en Granada.

AGUACATES CON BACALAO AHUMADO

Ingredientes: (4 personas)

*Un paquete de bacalao ahumado
dos cucharadas de brandy
dos limones
sal y pimienta.*

*dos aguacates
una chispita de vinagre
una chispa de mostaza francesa*

Preparación:

“Se ligan la mostaza, el vinagre, una cucharada de zumo de limón, perejil y aceite. Se obtiene una salsa tipo vinagreta. Se reserva.

Se abren los aguacates, se riegan con zumo de limón se saca la pulpa y se riega con limón para que no se ponga negra, se añade el bacalao picado a cuchillo, se rellenan los aguacates, se riegan con la salsa y se sirven.”

Receta adaptada de una de Maruja Santos de Sevilla.

AGUJAS RELLENAS CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
dos dientes de ajo
ocho agujas
cuatro cucharadas de aceite
sal y pimienta.*

*una cebolla
un tomate
dos gotas de tabasco
un chorrito de ketchup*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas dándole varias aguas, se escalda cinco minutos, se lava, se limpia, se desmiga y se reserva.

En una sartén con cuatro cucharadas de aceite, se prepara un fondo rehogando la cebolla picada, el ajo picado y el tomate pelado y sin pepitas. Cuando pierde el agua que suelta el tomate, se le ligan las dos gotas de tabasco, el bacalao desmigado, se salpimenta y se le dan tres minutos de cochura. Se rellenan las agujas, se cubre con un hilo de ketchup, se cierran, se llevan al horno a 180° unos minutos y se sirven.

Receta de Montserrat Rivas de Sabadell (Barcelona)

AJO BLANCO CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio vaso de almendras crudas
la miga de medio bollo de ayer
cuatro cucharadas de vinagre
100 gr de bacalao ahumado.*

*tres dientes de ajo
ocho cucharadas de aceite
un litro de agua*

Preparación:

“Se dejan las almendras en agua toda la noche y se pelan. Se majan en un almirez, con los dientes de ajo pelados y un poco de agua. Se formara una pasta fina.

Se pasa el majado a un dornillo, se le añade la miga de pan y otro poco de agua. Se continua el majado y se le va añadiendo el aceite poco a poco, sin dejar de majar; como si fuese para hacer mayonesa. Una vez ligado el aceite, se añade de igual modo el vinagre y a continuación el agua hasta completar un litro. Se le añaden cubitos de hielo y se deja reposar un rato.

Se pica el bacalao a cuchillo. Se sirve el ajo blanco fresco en un tazón, se riega con los trocitos de bacalao ahumado y se sirve.”

La receta de ajo blanco es la receta familiar de Mortejicar (Granada). Receta ancestral con mas de doscientos años

ANDRAJOS DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de patatas
un cuarto de kilo de bacalao
una cebollita, medio limón
una hoja de laurel
dos dientes de ajo
aceite de oliva*

*doscientos gramos de harina
dos tomates
perejil, azafrán
una pastilla de caldo de pescado
una cucharadita de pimentón
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante doce horas, se escurre, se seca, se limpia y se desmiga en hebras. En una fuente de barro, se pone aceite, y se añaden las patatas peladas y cortadas como para tortilla, se añade el bacalao, la cebollita cortada en rodajitas, el tomate pelado, sin pepitas y picado muy fino. Se rehoga unos minutos, y se le añade una pastilla de caldo de pescado desleída en agua, y agua hasta cubrir.

En un almirez, se majan los ajos, el pimentón, el perejil y el azafrán. Se le añade al guiso. Se rectifica de sal y pimienta.

Se hace con agua y harina una masa, se estira con un rodillo y se corta con un vaso. Con las tortitas se recubren las patatas y se cuecen como un cuarto de hora. Las patatas así hechas, están deliciosas, se sirven calientes en la misma fuente.

Es un plato de cuaresma, típico de Jaén y Granada. Esta es la receta de nuestra abuela, procede de Mortejicar (Granada)

ALBÓNDIGAS DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
seis dientes de ajo
dos hebras de azafrán
una cebolla*

*dos huevos
una cucharada de perejil picado
miga de pan
aceite, sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante todo un día, cambiándole el agua varias veces. Una vez desalado, se desmiga y se reserva. El último agua se cuele y se reserva.

Se trituran en el turmix cuatro dientes de ajo, la cucharada de perejil, el azafrán sal y pimienta.

Se ligan en una fuente las migas de bacalao, el triturado y la miga de pan desmigada que pida. Se ligan las albóndigas y se doran en aceite. Se reservan.

En una olla de barro se prepara un salteado con la cebolla picada y dos dientes de ajo picados, se añaden las albóndigas, se riegan con el agua que se había reservado, se cuecen media hora hasta que espesa una salsa y se sirven.

Receta popular portuguesa recogida en Altura (Portugal). Realmente es una forma de aprovechar los recortes y los trozos de bacalao menos vistosos.

ALCACHOFAS RELLENAS

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
aceite de oliva
dos cucharadas de pan rallado
dos cucharadas de mantequilla
sal y pimienta.*

*un kilo de alcachofas
un huevo
dos cucharadas de harina
un vaso de leche*

Preparación:

Se desala el bacalao dándole varias aguas durante doce horas. Se escurre, se limpia y se desmiga.

Se limpian las alcachofas eliminando las hojas externas más duras y cortando las puntas. Se riegan con zumo de limón y se cuecen con los limones exprimidos.

Se liga una salsa bechamel con harina, mantequilla y leche. Se le añade el bacalao desmigado y se rellenan las alcachofas. Se pasan por huevo batido, por pan rallado y se frien en aceite.

En la receta original, las frien sin darles antes una cochura a las alcachofas. A nosotros no nos quedan bien.

ALUBIAS CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un cuarto de kilo de judías
dos cucharadas de harina de freír pescado
dos tomates
una cucharadita de pimentón
laurel*

*ocho presas de bacalao
una cebolla
una cucharada de perejil
aceite
sal y pimienta.*

Preparación:

Se dejan las alubias con el bacalao en remojo toda la noche, cambiando el agua de vez en cuando, el ultimo agua, se cuele y se reserva.

Se cuecen las judías con el ultimo agua y una hoja de laurel. Se escurren y se reservan.

El bacalao se escurre, se seca, se pasa por harina y se fríe con poco aceite en una cazuela de barro. Se sacan las presas y se reservan. En la misma cazuela de barro con aceite se saltea la cebolla picada, cuando comience a blanquear, se añade el tomate picado, pelado y sin pepitas, el perejil, el pimentón, se salpimenta y se deja reducir hasta que se consuma el agua que suelta el tomate.

Se añaden dos cucharadas del agua de cocer las judías, el bacalao y se deja cocer cinco minutos, se añaden las judías, se dejan un par de minutos que se aliñen con el guiso y se sirven.

Receta recogida en Villa Blanca (Huelva). Popular plato campero que encontramos con mil variantes en toda la Península.

ARROZ CALDOSO CON BACALAO Y VERDURAS

Ingredientes: (4 personas)

*Un cuarto de kilo de bacalao en salazón
dos vasos y medio da caldo de pescado
dos dientes de ajo
aceite*

*un vaso de arroz
un vaso de chirlas
doscientos gramos de verduras del tiempo picadas,
sal y pimienta.*

Preparación:

Se abren las chirlas al vapor, se les quitan las cáscaras y se reservan. El caldo se cuele y se añade al caldo de pescado.

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se saca, se escurre, se limpia y se desmiga.

Se dora el ajo en el aceite, se añaden las chirlas, el bacalao desmigado y el arroz, se sofríe un minuto, se riega con el caldo y se deja cocer un cuarto de hora, se añaden las verduras picadas muy fino, se continua con la cocción cinco minutos. Se rectifica de agua, sal y pimienta; se sirve.

Receta común de la Costa de Huelva

ARROZ CON BACALAO ALGARBIA

Ingredientes: (4 personas)

*Un cuarto de kilo de arroz
seis cucharadas de aceite de oliva grueso
un vaso de tomate frito
un clavo
sal y pimienta.*

*ciento cincuenta gramos de bacalao
dos dientes de ajo
tres hebras de azafrán
una cucharada de aceite*

Preparación:

Se asa el bacalao a la brasa, se limpia, se desmenuza y se le dan varias aguas para eliminar la sal en parte.

En una cazuela de barro se fríen los ajos laminados, cuando doren se añaden el perejil y el tomate frito.

Se majan en un almirez el clavo, el azafrán, la pimienta y una chispita de agua caliente. Se añade el majado a la cazuela y se agrega el bacalao. Se le dan unas vueltas, y se añade el arroz, doble cantidad de agua en volumen y una chispita mas.

Se deja cocer veinte minutos, vigilando de vez en cuando y moviendo la olla. Se comprueba de sal (no le va a hacer falta) y se sirve adornando con tiras de pimientos asados.

Receta recogida en Altura (Portugal)

ARROZ CON BACALAO EXPRESS

Ingredientes: (4 personas)

*Vaso y medio de arroz
medio vaso de aceite
un tomate
dos hebras de azafrán*

*un cuarto de kilo de bacalao en salazón
tres pimientos de piquillo
una cucharada de perejil picado
dos vasos de agua.*

Preparación:

Se desala el bacalao doce horas, se le cambia el agua varias veces, se escurre, se desmiga y se reserva.

En una olla express se rehoga el pimiento cortado en tiras, cuando esta hecho un poco se añade el tomate rallado sin piel y sin pepitas. Se añaden el bacalao, el perejil picado y el azafrán. Cuando reduce el agua que sueltan los tomates, se añade el arroz, se rehoga un minuto, se añaden dos vasos de agua hirviendo, se cierra la olla, se lleva al fuego y cuando comienza a salir el vapor continuo, se le coloca la válvula, se cuece diez minutos.

Se separa del fuego, se abre la válvula y se deja reposar cinco minutos.

Receta recogida en Isla Cristina.

ARROZ CON BACALAO Y CHORIZO

Ingredientes: (4 personas)

*Un vaso de arroz
un trozo de coliflor
media cebolla
dos cucharadas de tomate frito
aceite
sal y pimienta.*

*doscientos gramos de bacalao
dos dientes de ajo
un chorizo
una patata
dos hebras de azafrán*

Preparación:

Se desmiga el bacalao y se tiene en agua medio día cambiando el agua de vez en cuando. La última se cuele y se cuece la coliflor en ella. Se cuele y se reserva.

En una cazuela se saltean los ajos laminados y la cebolla picada, cuando pochen, se añade el chorizo cortado en rodajas, la patata pelada y cortada en daditos y el tomate frito.

Cuando este hecho el refrito, se añaden dos vasos de agua de cocer la coliflor, cuando rompa a hervir, se añade el arroz y se deja cocer a fuego fuerte diez minutos. pasados estos bajar el fuego y cuando pasen cinco minutos se añaden los ramitos de coliflor decorando, se baja el fuego al mínimo y se deja cocinar dos minutos, se deja reposar otros dos minutos y se sirve.

Receta recogida en Murcia

ARROZ CON PATATAS Y BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un vaso de arroz
dos patatas
una cebolla pequeña
una hoja de laurel*

*150 gr de bacalao
un pimiento
tres hojas de azafrán
aceite y ajo.*

Preparación:

Se desmenuza el bacalao y se deja en remojo doce horas.

Se corta la verdura en dados y se rehoga en aceite, cuando pochen se añade la patata pelada cortada en dados y el bacalao desmigado. Se añade la hoja de laurel, un vaso de agua, el azafrán y se cuece cinco minutos.

Se añade el arroz junto a dos vasos de agua, se deja cocer un cuarto de hora, se prueba para ver si necesita sazón, se sazona si hace falta y se deja cocer otros cinco minutos. Se sirve caliente.

Receta familiar

ARROZ CON VERDURAS Y BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un cuarto de kilo de bacalao en salazón
media coliflor
cuatro alcauciles
una cucharada de tomate frito
aceite
sal y pimienta.*

*vaso y medio de arroz
un pimiento
una patata, un manojo de ajetes
dos hebras de azafrán
un limón*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se escurre, se limpia y se trocea en presas chiquititas.

Se limpian las verduras y se trocean. Los alcauciles se pelan se les corta la punta, se cortan en cascotes pequeños y se riegan con limón.

En una paella se fríen el bacalao, las patatas cortadas en rodajas. Se sacan del aceite y se reservan.

En la misma paella y aceite se rehogan los ajetes, el pimiento picado, la coliflor, los alcauciles y el puré de tomate, cuando haya frito se añaden tres vasos de agua, azafrán, sal y pimienta. Se deja hervir cinco minutos, se añade el arroz, cuando lleve cociendo diez minutos, se añaden las patatas y el bacalao, se cocina cinco minutos, se retira del fuego, se deja reposar cinco minutos y se sirve.

Receta común de la Costa de Huelva

ARROZ TRES DELICIAS CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Dos vasos de arroz
una lata pequeña de guisantes
dos zanahorias
unas gambas
aceite*

*una lata pequeña de maíz
una cebolla
unas presas de bacalao desalado desmigado
salsa de soja
una hoja de laurel, sal y pimienta.*

Preparación:

Se cuece veinte minutos el arroz en agua con una hoja de laurel y una chispita de sal. Nos queda un arroz blanco, se reserva.

Se cuece la zanahoria pelada en agua con sal. Se corta en rodajas y se reserva.

Se rehoga la cebolla picada, cuando dore se añade un chorrito de salsa de soja, se agregan el maíz, los guisantes, la zanahoria, se saltea tres minutos y se añade el arroz blanco. Se remueve un par de minutos, se llevan las gambas peladas y el bacalao, y se deja cocinar unos minutos hasta que estén hechas las gambas a nuestro gusto. Se sirven.

Este plato lo prepara genial mi hija Yula. Se le puede poner, tortilla, atún, jamón, queso etc.

BACALAO A GOMES DE SA

Ingredientes : (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao en salazón
tres cebollas
tres huevos duros
una cucharada de perejil picado
sal y pimienta.*

*medio kilo de patatas
dos dientes de ajo
medio vaso de aceitunas negras
un vaso de aceite grueso*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se blanquea cinco minutos. Se saca, se escurre, se limpia de piel y espinas, se corta en trozos pequeños.

Se cuecen las patatas en el agua de blanquear el bacalao media hora, se pelan y se cortan en dados pequeños.

En una cazuela de barro se doran la cebolla y el ajo picados, solo que doren que no oscurezcan. Se añaden el bacalao y las patatas, se remueve, se le ralla un huevo duro y se cocina diez minutos.

Se emplata, se espolvorea con perejil, se adorna con rodajas de huevo duro y aceitunas formando corona.

Receta común en Portugal. Esta procede del Restaurante La casa del Bacalao de Villa Real do Santo Antonio.

BACALAO A GRATIN

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao en salazón
dos vasos de bechamel
dos cucharadas de mantequilla*

*un sobre de puré de patatas
un limón
nuez moscada.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, dándole varias aguas. Se limpia, se trocea y se blanquea en agua caliente sin llegar a hervir veinte minutos. Se desmiga y se emplata en una fuente de horno untada con mantequilla y con un vaso de bechamel, se cubre con la bechamel del otro vaso, se le coloca una corona de puré de patata, se espolvorea con queso rallado y se gratina en horno a 220° cinco minutos.

Receta recogida en El Campillo (Huelva). En Berrocal, nos dieron otra muy similar, regaban el bacalao con dos cucharadas de miel antes de cubrir con la bechamel.

BACALAO A LA ALICANTINA

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao
tres tomates
tomillo
aceite
un manojo de ajetes*

*dos berenjenas
medio vasito de nata
dos cucharadas de mantequilla
un limón
sal y pimienta.*

Preparación:

Se deja desalar el bacalao durante todo un día, se saca del agua, se escurre, se limpia y se trocea en porciones.

Se cortan en rodajas los tomates y las berenjenas. Se reservan, las berenjenas sumergidas en agua fresca.

Se pican los ajetes, se sazonan y se saltean en mantequilla dos minutos, se les riega la nata se tritura y se reserva.

Se llevan las rodajas de tomate y berenjena a una fuente de horno, se riegan con aceite, se coloca el bacalao con la piel hacia abajo, se riega con tomillo molido y pimienta, y se lleva a una fuente de horno a 180 grados un cuarto de hora.

Se riegan con la salsa de ajetes y se sirven en la misma fuente.

Receta recogida en Isla Cristina

BACALAO A LA ARGENTINA

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao en salazón
medio kilo de tomates
un vasito de piñones
dos dientes de ajo
un vasito de alcaparras
un vaso de aceite*

*cuatro pimientos
un vasito de pasas de Málaga
cuatro cebollas
dos cucharadas de perejil picado
un vaso de aceitunas
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se limpia, se le quitan las espinas con unas pinzas y se desmiga.

En una olla de barro se vierte el aceite, se le echa una capa de cebolla picada, ajo picado, perejil picado a cuchillo, pimiento cortada en juliana, tomate rallado, pelado y sin pepitas-, alcaparras, aceitunas picadas, pasas picadas, los piñones; un tercio del total y sobre ello la mitad del bacalao desmigado.

Se repite la serie, se coloca la otra mitad del bacalao, se cubre con el tercio restante y se salpimienta. Se lleva al horno a 180° media hora, pasada esta, se saca y se sirve en la olla.

Receta recogida en Isla Cristina nos la dio una Señora de Tenerife.

BACALAO A LA BECHAMEL

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao en salazón
dos cucharadas de queso
vaso y medio de leche
unas ralladuras de nuez moscada.*

*dos cucharadas de mantequilla
dos cucharadas de harina
un vaso de caldo de pescado*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas, se limpia y se separa en hojas. Se emplatan estas en una fuente de horno y se reservan

Se lleva a una sartén una cucharada de mantequilla, cuando funda se le espolvorea la harina, se remueve y cuando comienza a dorar se le añaden la leche tibia y el caldo de pescado tibio, se remueve, se le ralla la nuez moscada y se continua removiendo hasta que espese una salsa. Se riega el bacalao con la salsa, se le colocan unas nueces de mantequilla, se espolvorea con el queso rallado y se lleva al horno cinco minutos. Se gratina un minuto y se sirve.

Receta común, esta es la forma de prepararlo en casa.

BACALAO A LA BELGA

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro rodajas de bacalao
cuatro endibias pequeñas
una cucharada de perejil picado*

*una cebolla, cuatro tomates
dos cucharadas de zumo de limón
aceite.*

Preparación:

En una cazuela de barro se rehogan con aceite la cebolla picada, se añaden los tomates cortados en cubos, se colocan las endibias y se rehoga cinco minutos.

Se sacan las endibias y el refrito, se vuelven las endibias a la cazuela, se cubren con el refrito, se salpimientan, se riegan con el zumo de limón y se cocinan un cuarto de hora.

Se retiran las endibias, se colocan las rodajas de bacalao, se cubren con las endibias cortadas por la mitad a lo largo y se cocinan diez minutos. Se sirven en la misma cazuela.

Esta receta se puede preparar con supremas desaladas, pero queda mucho mejor con bacalao fresco.

BACALAO A LA BEREBERE

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
medio vaso de aceite grueso
medio vaso de crema de leche
una chispa de canela*

*dos patatas
un vaso de leche
diez cucharadas de mantequilla
una chispa de especia berebere.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante seis horas, dándole varias aguas, pero dejándole un punto de sal.

Se cuecen las patatas con el agua del último cambio, se escurren y se parten en cascós. Se llevan las patatas y el bacalao desmigado a un dornillo, se majan, se añaden la mitad de la mantequilla, la leche, la crema de leche, la canela y la mezcla berebere de especias. Se añade el aceite y se termina de majar.

Se lleva la crema al horno, se cubre con el resto de la mantequilla y se hornea diez minutos, se gratina cinco y se sirve.

Receta de Zora Díaz.

BACALAO A LA CAMPERA

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de supremas de bacalao
cinco cucharadas de mantequilla
una cucharada de perejil
una porción de queso gruyere*

*medio kilo de patatas
dos dientes de ajo
medio vaso de crema de leche
una cucharada de pan rallado.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante ocho horas dándole varias aguas, se blanquea cinco minutos. Se escurren, se secan y se reservan.

Se cuecen las patatas, se trocean y se majan con el bacalao desmigado, la mantequilla, el ajo, el perejil y la crema de leche.

Se lleva a una fuente de horno, se espolvorea con queso y pan rallado, se gratina unos minutos y se sirve.

Receta recogida en Sevilla en La Taberna Las Cinco Jotas

BACALAO A LA CANTÁBRICA

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao
una cucharada de harina
tres cuartos de vaso de aceite
una cucharada de perejil
sal y pimienta.*

*un cuarto de kilo de cebolla
un vaso de vino blanco
tres dientes de ajo
un limón*

Preparación:

De deja el bacalao en remojo veinticuatro horas. Se escurre, se limpia y se lleva a una cazuela con agua hasta que rompa a hervir. Se saca y se reserva, el agua se cuela y se reserva también.

En una cazuela de barro se saltea la cebolla picada fino junto al ajo cortado en laminas, se añade una cucharada de harina, se rehoga unos minutos, se añade el vino y un vaso de agua de cocer el bacalao. Cuando rompe a hervir, se añaden el perejil y el zumo de limón.

Se añade el bacalao, se cocina un cuarto de hora, se deja reposar cinco minutos y se sirve.

Receta recogida en Isla Cristina.

BACALAO A LA CASERA

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao fresco
una cebolla
dos cucharadas de aceite
sal y pimienta.*

*medio kilo de patatas
una cucharada de harina fina
un vaso de leche*

Preparación:

Se cuecen las patatas con su piel. Se sacan, se pelan y se cortan en rodajas, se reservan.

Se escalda el bacalao en agua hirviendo cinco minutos, se saca, se escurre, se seca y se limpia de espinas si tiene, se trocea y se reserva.

Se fríe la cebolla con las dos cucharadas de aceite, cuando dore, se añade la harina, se riega con la leche, se salpimenta y se deja cocer un cuarto de hora que reduzca un poco.

Se llevan a una fuente de horno untada con aceite las rodajas de patata, se cubren con trocitos de bacalao, se riega con la salsa, se hornea diez minutos y se sirve.

Receta recogida en Sabadell.

BACALAO A LA CATALANA

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de ventresca de bacalao en salazón
una cebolla
res dientes de ajo
un vaso de vino blanco*

*cuatro tomates
vaso y medio de aceite
dos cucharadas de harina de freír pescado
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas dándole varias aguas. Se saca, se escurre, se limpia, se corta en tiras como para paviás, se pasan por harina y se fríen.

En el mismo aceite colado, se fríe la cebolla picada, el ajo laminado, el tomate rallado, el vino, se salpimenta y se riega con un vaso de agua. Se cuece diez minutos, se pasa por el chino y se riega el bacalao con la salsa.

Receta recogida en Castellar del Valles (Huelva)

BACALAO A LA CAZUELA

Sic

“ Cortado el bacalao en trozos, se pondrá en una cazuela o cacerola, de modo que cubra bien el fondo; sobre él se pondrá una capa espesa de pan rallado, ajos y perejil en abundancia, encima otra capa de bacalao, y así sucesivamente hasta que llene la cazuela. Se echará encima aceite crudo, ajos, pimienta y agua, que cubra todo. Se tapa la cazuela y se pone a fuego lento, hasta que quede casi enjuto, y así se sirve.”

Transcripción literal de la receta de Ángel Muro editada en el Siglo XIX

BACALAO A LA ESPAÑOLA

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao
cuatro tomates
media cebolla
dos dientes de ajo
una hoja de laurel
una cucharada de comino molido
medio vaso de vino blanco*

*medio kilo de patatas
dos pimientos rojos
seis cucharadas de aceite
dos cucharadas de harina
una cucharada de perejil picado
dos cucharadas de miga de pan
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala un poco el bacalao, se limpia y se trocea. Se cuece un cuarto de hora, se reserva. El agua se cuele y se guarda un vaso.

En el agua de cocer el bacalao se cuecen las patatas, se pelan se cortan en rodajas.

Se dora la cebolla en aceite, se añade el ajo laminado, el pimiento y los tomates pelados y sin pepitas. Se añaden el perejil, el comino, la hoja de laurel, se salpimenta y se deja cocer diez minutos.

Se emplata una capa de patatas en una fuente, sobre ella se cubre de bacalao, se riega con fritada, se repite la operación con la otra mitad, se espolvorea con la miga de pan, se riega con el vino y se lleva al horno media hora, hasta que evapore el caldo y quede un poco pastoso. Se sirve en la misma fuente.

Receta de Dora Gracia de Lisboa (Portugal)

BACALAO A LA EXTREMEÑA

Ingredientes: (4 personas)

Un kilo de bacalao

dos huevos

dos dientes de ajo

un clavo

tres cucharadas de aceite.

medio kilo de patatas

dos huevos duros

harina

una cucharada de perejil

Preparación:

Se limpia el bacalao y se deja en remojo doce horas, se limpia de espinas y se corta en porciones, se pasa por harina y por huevo batido; se fríe hasta que dore por ambos lados.

Se pelan las patatas, se cortan en rodajas, se fríen en la misma sartén y aceite colado. Se llevan a una cazuela de barro, se coloca encima el bacalao, se riega con un majado de perejil, ajo y clavo, se rallan por encima los huevos duros, se añade un vaso de agua y se cuece hasta que espese la salsa. Se sirve en la misma cazuela.

Receta de Maria de la Cruz de Almendralejo; Martinha Gonzalves nos dio otra muy similar

BACALAO A LA FRANCESA

Ingredientes: (4 personas)

Un bacalao fresco de un kilo

el zumo de un limón

cien gramos de champiñones

una cebolla

un limón.

un rollo de hierbas aromáticas

una cucharada de salsa worcester

un tomate

una cucharada de perejil

Preparación:

Se limpia el bacalao, se eliminan las entrañas, se salpimenta y se rocía con el zumo de limón y la salsa worcester.

En una cazuela de barro con tres cucharadas de aceite, se rehogan los champiñones picados, el tomate pelado y sin pepitas, la cebolla picada, una vez erogados se coloca el pescado, se riega con un vaso de agua, se añaden las hierbas aromáticas y se cuece una media hora. Se espolvorea con perejil picado, se adorna con rodajas de limón y se sirve.

Receta de Lina Santos. Si se le añade vino, queda mejor la salsa.

BACALAO A LA GALLEGA

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
una cebolla
un pimiento
un chorrito de aceite
cuatro dientes de ajo
unas cucharadas de vinagre.*

*medio kilo de patatas
un tomate
una hoja de laurel
un vaso de aceite de oliva
una cucharada de pimentón*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas cambiando el agua de vez en cuando. El ultimo cambio, se cuele y se reserva. El bacalao se limpia, se trocea y se reserva.

En el agua que se reservo, se cuecen las patatas, con la hoja de laurel; pasados diez minutos, se añaden el bacalao, la cebolla, el tomate, el pimiento, se riega con un chorro de aceite y se cuece diez minutos mas.

Se prepara una salsa friendo en aceite los ajos cuando doren se añade el pimentón se frie un minutos, se añade el vinagre y se vierto sobre las patatas, se le dan unas vueltas y se deja reposar para que tomen el sabor. Se sirven calientes.

Antigua receta de la Abuela Kossy

BACALAO A LA GOLA

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao fresco
dos cebollas
un pimiento
un vasito de aceite*

*cuatro calabacines
un tomate
dos dientes de ajo
sal y pimienta.*

Preparación:

Se corta el bacalao en cuatro supremas, se asan a la plancha junto a los carabineros, se emplatan individualmente.

En un cacillo se pochan la cebolla, el pimiento picado y el tomate rallado, se vierte sobre el bacalao y el carabinero; se sirve acompañando con verdura cocida o asada.

Receta recogida en Isla Cristina en el Restaurante La Gola Playa

BACALAO A LA HOLANDESA

Ingredientes: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de bacalao

seis cucharadas de mantequilla

dos huevos

sal y pimienta.

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas dándole varias aguas, de la última se reserva un par de cucharadas. El bacalao se saca, se limpia, se trocea en cuatro supremas, se blanquea cinco minutos y se emplata individualmente.

Se derrite en un cacillo la mantequilla, sin que llegue a cocer, ni dore.

En cazo a parte se ponen las yemas de huevo, con una cucharada de agua, se salpimientan y se cuecen a baño María, lentamente removiendo con una cuchara de madera, se añade la mantequilla fundida, lentamente y sin dejar de remover. Una vez trabada se riega el bacalao y se sirve.

Receta común. Esta forma es como la preparamos en casa. Ángel Muro ya la recoge en su libro del siglo XIX

BACALAO A LA HÚNGARA

Ingredientes: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de bacalao fresco

tres pimientos rojos

una cucharada pequeña de pimienta molida

una cucharada de perejil picado

sal y pimienta.

dos cebollas

dos cucharadas de puré de tomate

una cucharada de vinagre

tres cucharadas de aceite

Preparación:

En una cazuela de barro con aceite se saltean la cebolla picada, el pimiento en tiras. Se limpia el bacalao y se corta en supremas pequeñas, se añaden a la cazuela, se riega con el puré de tomate, se sazona con las especias, se añade un chorrito de agua y se lleva al fuego veinte minutos.

Pasado este tiempo, se riega con el vinagre, se deja reposar, se espolvorea con perejil, y se sirve con acompañamiento de patatas cocidas y coliflor.

Se puede hacer con supremas de bacalao desalado o con otro pescado blanco.

BACALAO A LA LATA

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro filetes de bacalao fresco
dos cucharadas de harina
un vaso de vino blanco
una cucharada de perejil*

*un vasito de aceite
una cucharada de pimentón
dos dientes de ajo
sal y pimienta*

Preparación:

Se cortan los filetes en dos porciones, se pasan por harina y se fríen en aceite caliente. Se sacan se escurren y se reservan, en una fuente de horno (lata) untada de aceite.

En una sartén aparte, se doran los ajos, se añaden el pimentón y el vino, se deja cocer unos minutos, se vierte sobre el pescado y se lleva la fuente al horno a 200 grados durante cinco minutos. Se espolvorea con perejil picado y se sirve.

Receta de pescado típica del Bajo Guadalquivir. Esta en particular es de Ángeles Cuellar de Coria del Río (Sevilla). Hay una receta muy parecida de la cocina catalana Bacalao a la Llauna.

BACALAO A LA LIONESA

Ingredientes. (4 personas)

*Un kilo de bacalao
una zanahoria
tres cebollas
nuez moscada*

*una hoja de laurel
un vasito de aceite
dos limones
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas dándole varias aguas, se blanquea sin llegar a hervir con una hoja de laurel, un casco de limón y una zanahoria. Se saca, se escurre, se seca y se desmiga.

Se corta la cebolla en cuadraditos, y se fríe en aceite, cuando comienzas a dorar de añade el bacalao, se riega con el zumo de limón y se cocina unos minutos. Se sazona, se le ralla nuez moscada, se salpimenta y se sirve.

Receta adaptada de una publicada en el Siglo XIX por Ángel Muro. Queda como unas migas de bacalao a la molinera.

BACALAO A LA LLAUNA

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao
dos cucharadas de harina de freír pescado
un vaso de vino
media cucharadita de perejil.*

*un vasito de aceite
una cucharadita de pimentón
cuatro dientes de ajo*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas, cambiando varias veces el agua. Se limpia, se corta en cuatro piezas de ración y se fríe. Las presas se sacan y se reservan, el aceite se cuele y se quita una parte.

En la misma sartén con el aceite colado, se saltean los ajos laminados, cuando doren se añade el pimentón, y un minuto después el vino. Ojo con el tiempo, si el pimentón se quema amarga mucho.

Se deja cocer tres minutos y se riega la salsa sobre el bacalao, se lleva al horno cinco minutos y se sirve.

También se puede hacer con bacalao fresco, queda muy similar al bacalao a la lata. Esta receta es de Montse Llorens

BACALAO A LA MADRILEÑA

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao en salazón
dos cebollas
un clavo de olor
harina de freír pescado.*

*un vaso de aceite
un limón
una nuez moscada*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas cambiándole el agua varias veces, se blanquea cinco minutos, se escurre, se limpia, se trocea, se pasa por harina y se fríe en aceite. El agua se cuele y se reserva.

Se llevan los trozos ya fritos a una olla de barro, se cubren con el agua reservada de blanquear.

En una sartén se fríen la cebolla picada y el ajo, se escurren se añaden a la cazuela y se vierte el aceite sobrante; se ralla la nuez moscada, se riega con el zumo de limón, se añade el clavo de olor pinchado en un trocito de limón, se le muele pimienta y se lleva a cocer a fuego medio diez minutos.

Se quita el trocito de limón con el clavo y se sirve.

Receta familiar de la Tía Maria Luisa.

BACALAO A LA MANTEQUILLA DE AJO

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro supremas de bacalao en salazón
cuatro dientes de ajo
tres cucharadas de aceite
sal y pimienta.*

*cuatro cucharadas de mantequilla
una cucharada de perejil
un limón*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas, se le dan varias aguas, se saca, se escurre y se llevan al horno en una fuente untada con aceite. se cocinan diez minutos.

En un cacillo se dora en la mantequilla el ajo cortado muy fino y el perejil, se rocía sobre el bacalao, se riega con el zumo de un limón, se deja cocinar dos minutos y se sirve.

Receta de Sara Díaz de Huelva

BACALAO A LA MANCHEGA

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao en salazón
un kilo de tomates
sal y pimienta.*

*un kilo de pimientos
un vaso de aceite*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se blanquea cinco minutos, se limpia y se desmiga.

Se limpian los pimientos y se cortan en juliana corta, se pelan los tomates, se eliminan las pepitas y se cortan en dados.

Se ligan se lleva a una olla de barro una capa de pimiento ligado con el tomate, se cubre con el bacalao, se cubre con otra capa de la mezcla, se repite con el bacalao y se termina con otra capa de la mezcla de pimiento y tomate. Se salpimenta y se riega con el aceite, se lleva a fuego lento hasta que el bacalao este a nuestro gusto, unos veinte minutos. Se sirve en la misma olla.

Receta recogida en Isla Cristina a Adela Sánchez de Tomelloso.

BACALAO A LA MARINERA

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
un vaso de vino blanco
dos cucharadas de harina
una cucharada de perejil molido*

*medio kilo de mejillones
vaso y medio de leche
cuatro cucharadas de mantequilla
una hoja de laurel.*

Preparación:

Se desala el bacalao cambiando el agua varias veces, durante ocho horas, se blanquea cinco minutos, se le quita la piel y las espinas si tuviese. Se desmiga y se reserva.

Se abren los mejillones con el vaso de vino y la hoja de laurel, el caldo se cuele y se reserva, a los mejillones se les quitan las cáscaras y se reservan.

Se liga una salsa con la mantequilla, la harina, la leche y el caldo de abrir los mejillones. Se emplatan las migas de bacalao, se riegan con la salsa, se adornan con una corona de mejillones, se riegan con perejil picado y se sirven.

Receta recogida en Sevilla en la Taberna Las Cinco Bellotas.

BACALAO A LA MELOJA

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao en tiras
cien gramos de harina de freír pescado
una hoja de laurel*

*medio vaso de aceite
medio vaso de meloja
nuez moscada*

Preparación:

Se desala el bacalao a gusto, se le da un hervor con la hoja de laurel, se saca, se escurre y se seca. Se reserva.

Se prepara una pasta de rebozar ligando la harina, la meloja y el agua, procurando que quede con la consistencia de unas natillas.

Se pasan las presas de bacalao por la pasta y se fríen en aceite muy caliente.

Receta de Rosario Lancha de Zalamea la Real (Huelva)

BACALAO A LA MIEL

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro presas de bacalao de ración
dos cucharadas de harina
una hoja de laurel*

*un vasito de aceite
dos vasitos de miel
dos vasos de agua.*

Preparación:

Se llevan las presas de bacalao con agua y la hoja de laurel al fuego; se le dan varias aguas y cuando suelte espuma blanca, se saca, se escurren y se secan.

Se prepara una pasta con harina, miel y agua, se rebozan las presas, se fríen en aceite y se sirven.

Receta de Josefa Rubio. Son como unas pavias de miel. Ángel Muro en su Practicón describe una receta similar, otra con harina, huevo y azúcar.

BACALAO A LA MILANESA

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao, una hoja de laurel
una zanahoria
un tomate
seis cucharadas de queso parmesano
dos cucharadas de mantequilla*

*media cebolla
un vaso de fume de pescado
unas cebolletas
aceite
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao dándole varias aguas durante veinticuatro horas, se blanquea cinco minutos sin que llegue a hervir, se saca, se escurre, se limpia y se desmiga.

Se prepara una salsa rehogando las cebolletas picadas, se les ralla el tomate pelado y sin pepitas y cuando reduce el agua que suelta, se le riega el fume de pescado, dos cucharadas de parmesano rallado y se rectifica de sal y pimienta.

Cuando la salsa este a nuestro gusto, se añaden las migas de bacalao, se ligan muy bien con la ayuda de una cuchara de madera y se vierte la liga en una fuente de horno.

Se le coloca la mantequilla por encima en forma de nueces, se espolvorea con el queso restante y se lleva al horno a 180° durante veinte minutos. Se gratina dos minutos y se sirve.

Receta adaptada de una de Ángel Muro publicada en el siglo XIX

BACALAO A LA MODERNA

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao en salazón
un vaso de vino blanco
harina de freír pescado
media cebolla
laurel
una cucharada de perejil*

*medio kilo de patatas
dos huevos
diez cucharadas de tomate frito
un diente de ajo
piripiri
aceite, sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante doce horas dándole varias aguas y dejándole un punto de sal. Se escurre, se limpia, se le quitan las espinas, se trocea, se pasa por harina de freír pescado, se pasa por huevo batido, se fríe y se reserva en una cazuela de barro.

En la misma sartén y con el aceite colado se saltean la cebolla picada, la hoja de laurel, una punta de cuchillo de piripiri, y el tomate rallado, pelado y sin pepitas.

En un almirez se majan el ajo, el perejil picado, se salpimenta y se riega con el vino. Se vierte en la sartén, se lleva al fuego, se cuece cinco minutos. Se vierte sobre el bacalao y se lleva al horno a 200° un cuarto de hora, se sirve en la cazuela con acompañamiento aparte de verdura cocida.

Receta recogida en Isla Cristina, es como lo prepara Magdalena Nogueira.

BACALAO A LA MONTAÑESA

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao
dos huevos
una cebolla
dos cucharadas de pan rallado
cuatro dientes de ajo*

*medio kilo de setas
un vaso de aceite
dos tomates
un cuarto de kilo de salchichas frescas
pimienta.*

Preparación:

Se limpian las setas (josefitas o tontullos). Se reservan. Se desala el bacalao durante veinticuatro horas, se limpia, se trocea, se pasa por huevo y se fríe en aceite.

En cazuela de barro se rehoga la cebolla picada y los tres dientes de ajo muy picados, se añaden dos tomates picados, sazonar con pimienta.

Se añaden un vaso de agua y el pan rallado, se deja cocer un par de minutos. Se saltean las setas y las salchichas. Se añaden a la cazuela, se deja cocer tres minutos, se añade el bacalao y se cuece tres minutos. Se sirve caliente en la cazuela de barro.

Las salchichas tienen que ser frescas.

BACALAO A LA NARANJA

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro supremas de bacalao fresco
cuatro cucharadas de mantequilla
una chispa de canela molida.*

*tres naranjas
medio vaso de pasas de Málaga*

Preparación:

Se exprimen las naranjas y se les saca el zumo, se reserva.

Se corta el bacalao en supremas, se limpia, se le quitan las espinas y se reserva.

En una olla de barro se derrite al fuego muy bajo la mantequilla, sin que llegue a dorar, se le añaden el zumo de naranja y las pasas de Málaga. Se deja reducir a fuego bajo cinco minutos, se añade el bacalao, se sube el fuego y se cocina otros cinco minutos. Pasados estos si sirve y se riega con la propia salsa.

Receta de Eva Maria Sánchez de Sabadell. Hay quien pasa la salsa por el turmix para triturar las pasas, nosotros preferimos las pasas enteras.

BACALAO A LA NATA

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de patatas
un kilo de cebollas
medio vaso de nata
queso rallado.*

*medio kilo de bacalao
aceite
medio vaso de bechamel*

Preparación:

Se cuecen las patatas, se pelan y se cortan en rodajas. Se pica la cebolla, se fríe en aceite. Se desala el bacalao y se le da un hervor.

Se pela la cebolla se corta en rodajas y se fríe en aceite.

En una fuente de horno untada con aceite, se coloca una base de patatas, encima una capa de bacalao, una capa de cebolla frita, se riega con la nata ligada con la bechamel, se lleva al horno hasta que dore. Se riega con queso rallado, se gratina dos minutos y se sirve.

Receta de Alejandra George de Belem (Portugal). Hay otra similar recogida en Isla Cristina, en esta receta solo se riega con nata.

BACALAO A LA NORUEGA

Ingredientes: (4 personas)

Un kilo de bacalao, cuatro lomos de sardinas en salazón, una cebolla, tres dientes de ajo, cien gramos de mantequilla, medio litro de leche, canela, una cucharada de perejil, aceitunas, sal y pimienta.

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, dándole varias aguas, se corta en presitas, se reserva. Se rehoga la cebolla en una sartén con mantequilla sin que llegue a dorar; se saca y se reserva. En la misma sartén y grasa se fríe el bacalao.

Se lleva a una olla de barro el bacalao con la grasa, se añaden la cebolla, los lomos de sardina picados a cuchillo, la leche, la canela y se deja reducir hasta tener una salsa.

Se sirve en la olla de barro espolvoreando con perejil picado y aceitunas.

La receta original lleva lomos de arenque en salazón, los hemos sustituido por lomos de sardina por la dificultad de encontrar lomos de arenque. Dado que el punto de sal lo dan los lomos, se pueden reducir a la mitad.

BACALAO A LA PAISANA

Ingredientes: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de bacalao fresco

Guindilla

harina de freír pescado

una copa de vino amontillado

tomillo

un puerro

una cucharada de harina fina

una hoja de laurel

aceite

sal y pimienta.

Preparación:

Se corta el puerro en juliana, se rehoga, con la hoja de laurel, la guindilla y el tomillo. Cuando dore, se le añade una cuchada de harina para que espese un poco, se deja tostar unos minutos, se riega con el vino y se traba una salsa.

El bacalao se trocea, se pasa por harina de freír pescado y se fríe en aceite en sartén aparte.

Una vez frito se añade a la cazuela con la salsa, se cocina unos minutos para que tome sabor y se sirve.

Esta receta con diversas denominaciones, nos la han dado en Isla Cristina, Maribel Segura, Ana Puig, Neus Santos y Bella Sousa. Esta receta con bacalao en salazón se denomina Bacalao al Postigo

BACALAO A LA PARRILLA

Ingredientes: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de lomos de bacalao fresco *una cebolla*
aceite *patatitas francesas cocidas*
zanahoria cocida *sal y pimienta.*

Preparación:

Se limpian los lomos de bacalao, se filetean, se untan con aceite y se hacen a la parrilla.

En una sartén se confita en aceite la cebolla cortada en juliana a fuego muy bajo durante unos veinte minutos.

En una cazuela de barro se monta un fondo con la cebolla confitada, se coloca el bacalao encima, se acompaña de patatitas francesas y zanahoria cocidas.

Receta recogida en el desaparecido restaurante La Choza de Punta Umbría (Huelva)

BACALAO A LA PAYESA

Ingredientes: (4 personas)

Medio kilo de ventresca de bacalao en salazón *tres cebollas*
un vaso de aceite *cuatro dientes de ajo*
una onza de chocolate *medio vaso de vino*
medio kilo de patatas *tres cucharadas de harina*
pimentón *tres tomates*
una zanahoria *un rollo de hierbas aromáticas*
una cucharada de perejil picado *sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas dándole varios cambios de agua, se escurre, se limpia y se corta en tiras, se pasa por harina y se fríe. Se reserva.

Se escaldan los tomates, se pelan, se les quitan las pepitas y se pasan por el chino.

En una cazuela de barro con medio vaso de aceite, se rehogan la cebolla picada y la zanahoria cortada en aros, cuando doren se añade el ajo cortado en laminas, el pimentón, el tomate escaldado, medio litro de agua, se salpimenta, se añade el rollo de hierbas, las patatas peladas y cortadas en rodajas.

Se cuece un cuarto de hora, se le ralla el chocolate, se añade el bacalao cortado en tiras y frito. Se cocina veinte minutos, se quita el rollo de hierbas, se espolvorea con perejil picado y se sirve.

Receta recogida en Cartaya (Huelva). Realmente en la cocina cartayera y en la lepera encontramos también bastante influencia de la cocina catalana. No sabemos si es a través de la influencia isleña o son aportaciones directas.

BACALAO A LA PITA

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro presas de bacalao
dos dientes de ajo
una guindilla.*

*cuatro cucharadas de aceite
una cucharada de pimentón*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas, dándole varias aguas. Se saca, se limpia y se seca. Se reserva.

En una cazuela de barro con las cuatro cucharadas de aceite se frien los ajos laminados y la guindilla entera. Una vez fritos, se saca la guindilla (opcional) y se añaden el pimentón y el bacalao con la piel hacia arriba. Se cocinan a fuego lento hasta que este hecho. Se sirve con acompañamiento de verdura cocida.

Esta receta la recogimos en Murcia; no supieron explicarnos porque se llama a la pita. Aunque la receta original no la lleva, si se le añade una chispita de agua, queda mas suave y se hace mejor

BACALAO A LA POLACA

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de filetes de bacalao
tres cucharadas de aceite
tres cucharadas de pan rallado
tres huevos duros
sal y pimienta.*

*medio limón
tres cucharadas de harina
diez cucharadas de mantequilla
una cucharada de perejil picado*

Preparación:

Se lavan los filetes de bacalao, se desalan y se adoban con zumo de limón media hora, se salpimientan, se pasan por harina de freír pescado y se frien en tres cucharadas de aceite, se reservan al calor en una fuente.

Se dora en cinco cucharadas de mantequilla el pan rallado, cuando dore se rallan los huevos duros, se espolvorea el perejil y se salpimienta; se remueve y se cocina un minuto. Se vierte sobre los filetes y se sirve con una ensalada de maíz.

Esta receta nos la proporciono nuestra amiga Natalia. Últimamente vienen todos los años una cinco mil chicas polacas a trabajar en la campaña de la fresa, de ellas se suelen quedar en nuestra comarca unas treinta. Esta presencia y permanencia nos esta aportando ciertos matices culturales por su integración, uno es en la gastronomía.

BACALAO A LA REINA

Ingredientes: (4 personas)

*Ocho presas de bacalao
un vaso de aceite
un vaso de vino blanco
dos dientes de ajo y agua.*

*una cebolla
pimienta
una cucharadita de ajonjolí*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas cambiando varias veces el agua; la última se cuele y se reserva. Se corta el bacalao en ocho porciones y se limpia de espinas con una pinza.

En cazuela aparte se rehoga la cebolla, cuando se torne transparente se añade el ajo laminado y cuando este dore un pelin, se coloca el bacalao con la piel hacia abajo, se mueve de vez en cuando para que no se pegue, se añade el vino blanco, el ajonjolí y se cocina a fuego bajo media hora, comprobando de vez en cuando si necesita una chispa de agua. Si la necesita se le añade sin ahogar.

Transcurrido este tiempo, se sirve acompañado de arroz de tomate.

Receta común en Minas de Riotinto (Huelva), posiblemente de origen portugués. En el libro La Cocina Marinera editado por el Ayuntamiento de Punta Umbria se recoge una receta similar. La palabra reina viene porque los antiguos llamábamos así a las chicas entre treinta y cuarenta años; ya esta en desuso, ahora se dice mas bien niña.

BACALAO A LA RIOJANA

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao
un cuarto de kilo de tomates
un vaso de aceite
pimienta.*

*un cuarto de kilo de cebollas
tres pimientos morrones asados
una cucharadita de azúcar*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas, cambiando el agua varias veces. Se limpia se trocea y se lleva al fuego en una cazuela con agua. Cuando rompa a hervir se saca y se reserva tapándolo con un paño húmedo

Se rehogan en el aceite la cebolla y el tomate picado durante diez minutos, se pasa por el chino y se le agrega el azúcar.

En una cazuela de barro se coloca como base la salsa de tomate y sobre ella las presas de bacalao, se cubre con tiras de pimiento, se riega con la otra mitad de la salsa, se cubre con la otra mitad de las presas de bacalao y tiras de pimiento. Se cocina a fuego muy bajo entre diez y quince minutos, moviendo la cazuela de vez en cuando para que no se agarre. Se sirve en la misma cazuela.

Receta común, esta en particular se la debemos a Sara Gey de Isla Cristina (Huelva)

BACALAO A LA SICILIANA

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao
cien gramos de apio picado
cien gramos de aceitunas verdes
una cebolla
una chispa de pimentón*

*un kilo de patatas
medio kilo de tomate
tres cucharadas de alcaparras
medio vaso de aceite
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao doce horas cambiando el agua varias veces, se saca, se limpia, se trocea y se le quitan las espinas con unas pinzas (si tiene espinas).

En una sartén con medio vaso de aceite, se saltea la cebolla, el tomate pelado y sin pepitas, las aceitunas sin hueso, las alcaparras y las dos terceras partes del apio picado. Se saltea unos minutos y se añade litro y medio de agua.

Cuando rompa a hervir, se añaden el bacalao y las patatas peladas y cortadas en rodajas, el resto del apio, se salpimenta y se deja cocer a fuego lento dos horas. Se sirve en una sopera.

Receta del cuaderno de la Tía Maria Luisa.

BACALAO A LA SIDRA

Ingredientes: (4 personas)

Un kilo de bacalao en salazón

una patata

nata líquida

aceite

zum de limón

una cebolla

mantequilla

seis champiñones hermosos

sidra

sal y pimienta.

Preparación:

Se desala el bacalao durante todo un día dándole varias aguas. Se escurre, se seca y se limpia de espinas si hace falta con unas pinzas. .

Se unta con mantequilla una fuente de horno, y se le coloca una base de patata cortada en rodajitas y cebolla cortada en rodajitas, se le ponen unos pegotitos de mantequilla, y sobre ello la pieza de pescado untada en aceite y salpimentada.

Se lleva al horno y se riega con sidra de vez en cuando. Estará hecha en media hora o quizás un poco menos, depende del grosor de la pieza.

Entretanto, se rehogan en aceite los champiñones picados, se añaden un chorreón de nata y el zumo de un limón. Se pasan por la batidora, hasta tener una salsa.

Se sirve el pescado en la fuente en su propio jugo y con la salsa de champiñones aparte.

Esta receta la hacia la abuela Kossy, que si bien era gallega vivió muchos años en Luarca.

BACALAO A LA VALENCIANA

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao en salazón
un cuarto de kilo de guisantes
un cuarto de kilo de arroz blanco
dos huevos duros
una cucharada de perejil
sal y pimienta.*

*una cebolla
dos pimientos morrones
seis cucharadas de puré de tomate
cuatro cucharadas de pan rallado
medio vaso de aceite*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se le dan varias aguas, se saca, se escurre, se limpia, se trocea, se pasa por harina, se fríe en aceite y se desmiga.

Se cuele el aceite y en él se fríe la cebolla cortada muy fina, se añaden los pimientos cortados muy finos, se fríen cinco minutos, se añaden los guisantes hervidos y el arroz blanco, se cocina cinco minutos.

Se emplata una fuente de horno untada con aceite con la mitad de la mezcla, se coloca encima el bacalao y sobre él la otra mitad de la mezcla. Se espolvorea con pan rallado, se espolvorea con perejil picado, se lleva al grill diez minutos y se adorna con cascotes de huevo duro.

Receta recogida en el Mercado Nuevo de Isla Cristina; al parecer se trata de una receta actualizada de los primeros colonizadores levantinos de La Higuera.

BACALAO A LA VIZCAÍNA

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao
dos tomates
un vasito de aceite
dos dientes de ajo
una guindilla.*

*seis ñoras
tres cebollas
una cucharadita de manteca de cerdo
una cucharada de perejil picado*

Preparación:

Se desala el bacalao durante doce horas cambiando el agua de vez en cuando, en el agua del último cambio se hidratan las ñoras. Se puede hacer junto con el pescado en el mismo agua.

En una cazuela de barro con el aceite y la manteca se rallan los tomates, pelados y sin pepitas, cuando reduzca un poco se añade la cebolla picada y los ajos enteros, cuando pochen se rallan las ñoras y se rehoga unos minutos.

Se cuece el bacalao en agua con la hoja de laurel durante un minuto, se saca se lleva a la cazuela de barro, se tapa con la salsa y se cocina hasta que este a punto, moviendo de vez en cuando la cazuela para que no agarre.

Receta común con mil variaciones, esta es como lo prepara Maria del Carmen Rodríguez del Restaurante Estadio de Ayamonte (Huelva)

BACALAO AGRIDULCE

Ingredientes: (4 personas)

Cuatro supremas de bacalao fresco

cuatro dientes de ajo

un vaso de nata

cuatro cucharadas de vino de Oporto

dos cucharadas de zumo de naranjas amargas

seis cucharadas de aceite

pimentón

un cuarto de kilo de espinacas

una cucharada de piñones

dos cucharadas de vinagre

dos cucharadas de agraz

una cucharada de azúcar

un manojo de cebollinos

sal y pimienta.

Preparación:

Se fríen los ajos, se pasan por el almirez, se salpimienta, se añade el agraz y la cucharadita de pimentón. Se maja.

Se rehogan las espinacas, cuando estén casi hechas se añade el majado y se remueve levemente. Se llevan como base a una fuente de horno, se coloca el bacalao encima. Se hornea diez minutos.

En un cazo se reducen el vinagre, el azúcar, la nata, los piñones, el cebollino picado, y el zumo de naranja amarga. Se riega el bacalao con la reducción, se deja dos minutos más en el horno y se sirve.

Receta recogida en el Restaurante Hindú de Isla Cristina (Huelva)

BACALAO AL AJILLO

Ingredientes: (4 personas)

Un kilo de bacalao salado

seis cucharadas de aceite

una cucharada de perejil

medio vaso de vino.

dos cucharadas de harina de freír pescado

4 dientes de ajo

piri-piri

Preparación:

Se desala el bacalao durante un día cambiando el agua de vez en cuando. Se saca del agua, se escurre, se seca, se limpia y se corta en tiras. Se pasa por harina y se fríen en aceite (en la freidora), se escurre y se lleva a una olla de barro.

En un almirez se majan en aceite el perejil y el piri-piri, se añade un vaso de agua y medio de vino, se riega el bacalao, se le añaden los ajos muy picados, se le da un hervor de tres minutos y se sirve.

Receta común. Hay una variedad curiosa, la encontramos en Punta Piedade y es que no lleva ajo, pero se llama "Gambas al ajillo"; ¡es exactamente la misma elaboración pero sin ajo!

BACALAO AL AJO ARRIERO

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao salado
dos pimientos de piquillo
una cebolla
piri-piri
medio vaso de aceite
media patata cocida*

*dos pimientos choriceros
un vaso de puré de tomate
dos dientes de ajo
una cucharadita de azúcar
una cucharada de perejil picado
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao dándole varias aguas durante doce horas. Se limpia, se desmiga y se reserva en una cazuela de barro.

Se rehoga la cebolla, se añade el puré de tomate, la cucharadita de azúcar, y la media patata hecha puré. Se liga una salsa.

Se fríen los ajos en aceite, se riega con él el bacalao, se colocan encima los pimientos cortados en tiras. Se riega con la salsa de tomate y puré de patata, se cocina cinco minutos, se espolvorea una chispita de piri-piri, se rectifica de sal y pimienta, se mueve con una cuchara de palo, para que no se agarre, se espolvorea con perejil y se sirve.

Receta común con muchas variantes. Esta en concreto es de Carmelita Zamora.

BACALAO AL CURRY

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao
una cucharada de curry
dos dientes de ajo
seis cucharadas de aceite
sal y pimienta.*

*un vaso de crema de leche
dos cebollas
dos ramas de apio
medio vasito de vino*

Preparación:

Se desala el bacalao, se le dan varias aguas durante ocho horas, se le deja un punto de sal. Se limpia y se desmiga.

En una olla de barro con aceite, se saltean la cebolla picada, cuando dore se añaden los ajos en laminas y el apio picado. Se le añade el curry y el vino, se deja cocinar un par de minutos y se añade el bacalao desmigado, se cuece unos minutos y se sirve.

Receta recogida en el restaurante Hindú de Isla Cristina.

BACALAO AL ESTILO DE BORGOÑA

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao en salazón
medio vaso de aceite
sal y pimienta.*

*seis cebollas
seis cucharadas de vinagre*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas y se cuece cinco minutos en agua hirviendo hasta que al pinchar con un tenedor se encuentre blando. Se saca, se escurre, se limpia de piel y espinas, se trocea y se reserva.

Se rehoga la cebolla en el aceite hasta que dore, se añade el vinagre, se salpimenta y se vierte sobre el bacalao. Se sirve en el acto.

Antigua receta familiar, quizás del ultimo cuarto del siglo XIX. Si se añade un vasito de tinto por el vinagre queda mas suave la salsa.

BACALAO AL ESTILO DE MOIA

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao
seis cucharadas de aceite
una cucharada de perejil*

*dos cucharadas de harina de freír pescado
dos dientes de ajo
pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao, dejándolo en remojo toda la noche y cambiando el agua varias veces. Se saca, se escurre y se seca. Se corta en tiras, se pasan por harina de freír pescado y se fríen en aceite.

Se pican el ajo y el perejil, y se riega la sartén con la picada, se cocina entre tres y cinco minutos y se sirven .

Receta de Cristina Pérez de Moia (Barcelona)

BACALAO AL ESTILO O BARCO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao en salazón
un vaso de vino blanco
una cucharada de harina
ocho colitas de cigala
sal y pimienta.*

*cuatro dientes de ajo
un vaso de caldo de pescado
doce almejas
un vasito de aceite*

Preparación:

Se desala el bacalao durante doce horas dándole varias aguas, se escurre, se limpia y se trocea.

En una olla de barro se doran los ajos, se añade el bacalao pasado por harina, se riega con el vino y el caldo. Cuando rompa a hervir, se añaden los almejas y las colitas de cigalas pelados, cuando rompe a hervir por segunda vez se retira del fuego y se sirve.

Receta recogida en el Restaurante O Barco de la Antilla – Lepe (Huelva)

BACALAO AL FALSO CAVIAR

Ingredientes: (4 personas)

*Ocho rodajas de bacalao fresco
un bote de sucedáneo de caviar
una berenjena
un vaso de salsa ligera
alcaparras y sal.*

*cien gramos de salmón ahumado
dos zanahorias
una rama de apio
dos vasos de caldo de pescado*

Preparación:

Se cuecen las rodajas de bacalao en el caldo de pescado, se sacan y se cuela el caldo.

Se corta la zanahoria en aros, la berenjena en dados y el apio en juliana corta. Se cuecen las verduras cinco minutos en el caldo.

Se emplata individualmente una base de verdura cocida se adereza con una chispa de aceite, sal y pimienta, sobre ella dos rodajas de bacalao cocido, sobre cada rodaja una porción de sucedáneo de caviar, se riega con salsa ligera, se adorna con dos tiras de salmón ahumado y unas alcaparras.

Receta familiar que admite muchas variedades, se puede hacer con merluza, con maruca etc.

BACALAO AL HORNO DE LEÑA

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao
calamares del campo
un vaso de vino blanco
sal y pimienta.*

*medio kilo de patatas
un vasito de aceite
queso rallado*

Preparación:

Se desala el bacalao dejándolo en remojo durante veinticuatro horas, se le cambia el agua de vez en cuando, se saca se limpia y se trocea. Se reserva.

Se cortan la cebolla y los pimientos en aros muy finos, se pasan por harina, se fríen y se reservan.

Se sancocha la patata diez minutos, se corta en ruedas, se emplata en una fuente de horno engrasada, se colocan los trozos de bacalao encima, se riega con aceite, se cubre con los calamares del campo (cebolla y pimientos fritos), se riega con el vino blanco, se esparce queso rallado y se hornea cinco minutos.

Receta de Susana Campos de Isla Antilla (Huelva). En Valencia tomamos este mismo plato pero se elaboraba con leña de naranjo y le daba un cierto sabor.

BACALAO AL HORNO

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao
seis cucharadas de aceite
pan rallado*

*medio kilo de patatas
un vaso de mayonesa
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao dejándolo en remojo durante veinticuatro horas, se le cambia el agua varias veces, se saca, se limpia y se reserva.

Se cuece la patata diez minutos, se corta en ruedas, se emplata en una fuente de horno engrasada, se coloca el bacalao encima, se riega con aceite, se cubre con la mayonesa, se tapa con pan rallado y se gratina media hora a horno bajo. Se sirve.

Receta recogida en Isla Cristina, aunque las señoras que nos la proporcionaron eran de Las Islas Canarias.

BACALAO AL OPORTO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao en salazón
medio kilo de patatas
un vaso de vino de Oporto
dos hojas de laurel*

*dos huevos duros
una cebolla
cuatro cucharadas de aceite
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas cambiándole el agua con frecuencia. Se lleva a un cazo con agua, y se blanquea cociéndolo en agua hasta que esta rompa a hervir. Se saca, se escurre y se desmiga.

En una sartén con aceite se rehoga la cebolla. Se cortan las patatas en paja y se confitan.

En una fuente de horno, se emplatan en lecho una capa de cebolla erogada, sobre ella una capa de patatas confitadas, se ralla un huevo duro, se coloca una capa de migas de bacalao, se repite la serie y se termina con una capa de patatas paja confitadas.

Se riega con una chispa de aceite, el vino de Oporto, se salpimenta y se lleva al un horno a 180 grados durante media hora. Se saca y se sirve.

Receta recogida en Isla Cristina, nos la proporciono la esposa de un deportista portugués que competía en una prueba ciclista.

BACALAO AL PIL-PIL

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao
dieciocho cucharadas de aceite*

*doce dientes de ajo
dos guindillas.*

Preparación:

Se trocea el bacalao y se desala durante doce horas con varios cambios de agua. En el ultimo cambio de agua se guarda, el bacalao se escurre y se reserva.

En una cazuela de barro con aceite se doran los ajos y se reservan. Se deja enfriar el aceite y en la misma cazuela se coloca el bacalao con la piel hacia abajo, se lleva la cazuela al fuego no muy fuerte, y se remueven las presas de bacalao de vez en cuando con una cuchara de madera durante un cuarto de hora.

Se añaden los ajos laminados y la guindilla, y se sigue moviendo de vez en cuando con la cuchara, otro cuarto de hora añadiendo el agua que teníamos reservada cucharada a cucharada, hasta que se trabe una salsa. En este momento se sirve.

Receta común con mil variaciones. Esta es la familiar de nuestra Tía Maria

BACALAO AL ROQUEFORT

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao fresco
tres cucharadas de aceite
cincuenta gramos de queso roquefort
sal y pimienta.*

*dos cucharadas de harina de freír pescado
seis cucharadas de nata
dos vasos de caldo de carne*

Preparación:

Se limpia el bacalao, se lava, se escurre y se seca. Se corta en cuatro filetes, se pasan por harina de freír pescado y se duran en aceite un minuto por cada lado. Se llevan a una bandeja de horno..

Se monta la nata, se cubren las presas de pescado, se les ralla por encima el queso, se riega el caldo de carne alrededor del pescado y se lleva al horno a gratinar durante cinco minutos. Se sirven emplatados individualmente y acompañados de patatas cocidas.

Receta de Maria Sousa de El Campillo (Huelva). En los pueblos de la cuenca minera de Riotinto, hay una tradición cultural gastronómica derivada de los emigrantes portugueses que arribaron a finales del XIX y principios del XX, por ello hay bastantes platos a base de bacalao.

BACALAO AL VAPOR

Ingredientes. (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao fresco
dos hojas de laurel
aceite
una mousse de espárragos*

*dos tomates
un manojo de culantro
una cucharada de azúcar
sal y pimienta.*

Preparación:

Se corta en rodajas y se cuece el pescado al vapor en una coscusera un cuarto de hora, en la base con el agua se colocan dos hojas de laurel y el manojo de culantro para aromatizar.

Se pelan los tomates, se les quitan las pepitas, se rallan, se les añade la cucharada de azúcar, el aceite, una cucharada de culantro picado, se liga todo.

Se emplata la pulpa de tomate, se colocan las rodajas sobre él, se acompaña con una mousse o con un cuscus con mayonesa y se sirve.

Esta receta procede del Sahara, se puede hacer con cualquier pescado blanco y la mousse es un recurso, no todos saben hacer un cuscus.

BACALAO ALCÁNTARA

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao en salazón
medio vaso de aceite
dos cebollas
harina de freír pescado*

*dos patatas
cien gramos de tocino
un kilo de espinacas
pimentón, sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante un día dándole varias aguas. Se trocea, se limpia, se desmiga, se pasa por harina y se fríe.

Se pelan las patatas, se cortan en rodajas y se llevan a una olla de barro, se coloca el bacalao encima.

Se cuecen las espinacas, se escurren y se pican a cuchillo, se rehogan en el aceite de las cebollas, se vierto todo en la cazuela sobre el bacalao, se espolvorea el pimentón, se derrite el tocino y se riega sobre las espinacas, se salpimienta. Se riega con medio vaso de agua y se lleva a fuego lento hasta que reduce el agua. Se sirve en la misma olla.

Receta común. Esta es como se preparaba en casa.

BACALAO ALGRAVIA

Ingredientes: (4 personas)

*800 gramos de bacalao fresco
medio kilo de tomates maduros
un ramito de cilantro
una hoja de laurel*

*tres cebollas medianas
un vasito de aceite
un vaso de vino blanco
sal y pimienta.*

Preparación:

Se corta el bacalao en filetitos muy pequeños se escurre, se seca y se reserva.

Se cortan las cebollas en rodajas muy finas, se pelan los tomates, se eliminan las pipas y se cortan en cubitos.

Se pone al fuego una cazuela de barro con aceite, se añade la cebolla y se deja rehogar un poco, se añaden el tomate, el cilantro picado, se salpimienta y se termina de rehogar. Se añaden el bacalao, el laurel, se riega con el vino blanco y se deja reducir un poco.

Se tapa la cazuela de barro y se coloca siete minutos en el horno hasta que termine de cocer (hay que tener cuidado de no pasarse en la cochura). Se retira la hoja de laurel.

Se sirve en la misma cazuela acompañado de patatitas cocidas.

Es un plato típico del Algarve Portugués. También se prepara con bacalao desalado, en este caso la cochura en el horno es de diez minutos.

BACALAO ALMERAYA

Ingredientes: (4 personas)

Un kilo de bacalao

cientos gramos de picatostes chicos

dos dientes de ajo

dos hebras de azafrán

medio vaso de aceite

cientos gramos de almendras

dos hojas de laurel

una cebolla

una cucharadita de pimentón

sal y pimienta.

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas dándole varias aguas, se limpia, se trocea, se cuece en agua limpia cinco minutos (se blanquea), se reserva.

En una cazuela de barro, se fríe la cebolla, cuando comience a pochar se añade el ajo cortado en laminas, y un par de minutos después el bacalao.

Se majan en un almirez las almendras, el azafrán, el pan frito, el pimentón y un chorrito de agua de blanquear el bacalao. Se añade a la olla, se agregan dos litros de agua de blanquear el bacalao, una hoja de laurel, se sazona y se cuece cinco minutos a fuego lento. Se sirve en sopera

Esta receta procede de la Escuela de Hostelería Almeraya de Almería donde estudio Bárbara.

BACALAO ANA BELEM

Ingredientes: (4 personas)

Una cola de bacalao fresco de un kilo

un huevo duro

dos vasos de bechamel

una hoja de laurel

una cebolla

dos lonchas de jamón

diez aceitunas

tres cucharadas de aceite

un limón

sal y pimienta.

Preparación:

Se limpia la cola del pescado, se abre, se le quita la espina, se rellena con el huevo duro picado, el jamón, las aceitunas picadas, se salpimenta y se cierra, bien cosiendo o embridando.

Se lleva a una fuente de horno untada con aceite, se cubre con una hoja de laurel, la cebolla picada y perejil picado, se hornea a 180° un cuarto de hora.

Se cubre con bechamel y queso rallado, se gratina cinco minutos y se sirve.

Receta del cuaderno de la Tía María Luisa. Se puede hacer con merluza.

BACALAO AHUMADO CON SALSA TÁRTARA

Ingredientes: (4 personas)

Doce tostaditas

un vaso de mayonesa

cuatro pepinillos

un diente de ajo

una cucharada de alcaparras

un paquete de bacalao ahumado pequeño

una cebolleta

un huevo duro.

Preparación:

Se pican los pepinillos, el ajo, la cebolleta, se ralla el huevo duro, se liga todo con las alcaparras y se vierte el vaso de mayonesa. Se liga.

Se coloca sobre cada tostadita una porción de bacalao ahumado, se napa con la salsa y se sirve como canapés.

Esta receta tiene una variante, se pica el bacalao ahumado, y se rellenan pimientos de piquillo con la mezcla. Se sirven fríos.

BACALAO ASADO CON TOMATE

Ingredientes: (4 personas)

Cuatro rodajas de bacalao fresco de ración

cuatro cucharadas de salsa de tomate

una cucharada de perejil

dos cucharadas de aceite

pan rallado

dos cucharadas de mantequilla.

Preparación:

Se llevan a una fuente de horno la cebolla picada, se colocan sobre ella las rodajas de bacalao, se rocía con aceite, se salpimenta, se riega con la salsa de tomate, se cubre con pan rallado ligado con perejil picado, se le colocan unas bolitas de mantequilla y se llevan al horno a 180° durante media hora.

Se sirven emplatadas individualmente, regadas con su propia salsa y acompañadas de rodajas de tomate fresco como acompañamiento.

Receta familiar. La receta original es con culantro, pero como dice mi amigo Joao “también se cocina con salsa” (salsa es perejil en portugués)

BACALAO BORRACHO

Ingredientes: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de bacalao

dos cucharadas de harina

un pimiento

un ajo

dos cucharadas de pan rallado

dos cebollas

un vaso de rioja

dos patatas

una cucharada de perejil

un vaso de caldo de pescado (un cubito)

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas cambiando el agua varias veces, el agua del último cambio se guarda.

En una sartén se rehoga la cebolla cortada en rodajas, cuando poche se añade la harina y cuando comience a dorar, se añade el vaso de caldo de pescado y el pimiento picado, se deja cocer hasta que traba una salsa.

Se cuecen las patatas cortadas a rodajas en el agua del último cambio. Se reservan.

En una cazuela de barro se emplata un fondo de pan rallado, sobre el se emplatan las patatas, se esparce perejil picado y ajo laminado, se colocan las presas de pescado, se riega con el vino, se agrega la salsa y se cuece durante un cuarto de hora. Se sirve en la misma cazuela.

Receta recogida en Valverde del Camino (Huelva)

BACALAO CANALETA

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro rodajas de bacalao fresco
medio vaso de chirlas
un vaso de vino blanco
cien gramos de guisantes
un vaso de fume de pescado
sal y pimienta.*

*cien gramos de gambas
una cebolla
medio vaso de aceite
cien gramos de tiras de pimiento asado
una cucharada de harina de freír pescado*

Preparación:

Se abren las chirlas al vapor, se les quitan las cáscaras; el caldo se cuele y se reserva.
Se salpimientan las rodajas de bacalao, se pasan por harina de freír pescado y se llevan a una cazuela de barro.
Se corta la cebolla en juliana y se fríe en una cazuela de barro. Una vez dorada, se añaden el pescado, el fume, el vino y el caldo de abrir las chirlas; se cuece diez minutos.
Se decora con las chirlas, las gambas, las tiras de pimiento asado y los guisantes. Se lleva al horno ocho minutos, hasta que estén hechas las gambas y se sirve.

Receta del libro La Cocina Marinera, editado por el Ayuntamiento de Punta Umbría (Huelva)

BACALAO CAMELIZADO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
azúcar
miel
huevo hilado*

*una hojas de bacalao ahumado
aceite
nata montada
mermelada de naranja.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante seis horas, dándole varias aguas. Se limpia, se seca con papel de cocina, se trocea en filetitos y se confitan en aceite a baja temperatura durante media hora. Se sacan, se escurren y se cubren con una lamina de bacalao ahumado.
Se funde el azúcar en un cacillo y se riegan con una chispita de caramelo, se deja enfriar, y se sirven sobre un lecho de miel, de nata montada, de huevo hilado o mermelada de naranja amarga.

Como queda mejor es colocando sobre lecho de mermelada de naranja

BACALAO COCIDO

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao
un vaso de garbanzos cocidos
una cebolla
dos dientes de ajo
una hoja de laurel
sal y pimienta.*

*medio kilo de patatas
un huevo duro
una cucharada de perejil picado
un vasito de vinagreta
un limón*

Preparación:

Se desala el bacalao durante medio día, cambiando el agua varias veces, el agua del ultimo cambio se guarda.

Se cuecen las patatas y el bacalao en el agua del ultimo cambio, con la hoja de laurel y un casco de limón. Se pelan las patatas, se cortan en rodajas y se emplatan en una fuente. Se desmiga el bacalao y se esparce sobre las patatas, se salpimenta, se riega con perejil picado, huevo duro rallado, se aliña con la vinagreta y se acompaña con los garbanzos cocidos aliñados con vinagreta.

Receta de Isabel Santos de Punta Umbría (Huelva). Se puede servir el bacalao y las patatas en la fuente y los garbanzos aparte, creo que queda mejor.

BACALAO COCIDO CON COLIFLOR Y PATATAS

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao en salazón medio kilo de patatas
medio kilo de coliflor aceite
vinagre sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas, dándole varias aguas. Se escurre, se limpia y se corta en cuatro porciones. Se reserva.

Se pelan las patatas y se cortan en rodajas, se cuecen en agua con sal. Pasados cinco minutos, se añade la coliflor limpia cortada en cuatro trozos. Pasados diez minutos se añaden las cuatro tajadas de bacalao.

Pasados cinco minutos, se sacan se escurren y se emplatan individualmente, una tajada de bacalao, un trozo de coliflor y unas rodajas de patata.

Se liga una vinagreta con aceite, vinagre, sal y pimienta; se riega el plato y se sirve.

Receta recogida en Almendralejo (Badajoz)

BACALAO COCIDO CON LECHE

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao en salazón
medio vaso de aceite
dos cucharadas de culantro
harina fina*

*dos cucharadas de harina de freír pescado
un kilo de patatas
pimienta
una cucharada pequeña de pimentón dulce.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas, cambiando varias veces el agua; se cuece dos minutos, se limpia de piel y espinas, se trocea, se seca, se pasa por harina de freír pescado y se fríe someramente.

Se pelan las patatas y se cortan en rodajas, se fríen en aceite a fuego bajo.

En una olla de barro se coloca una capa de patatas, una capa de bacalao, se espolvorea con culantro picado, una capa de patatas, otra de bacalao, se esparce culantro y se acaba con una capa de patatas.

En una sartén se dora la cebolla picada, se le añade una cucharadita de pimentón y se rehoga un minuto. Se vierte sobre la olla, se salpimenta.

Se ligan el vaso de leche con otro vaso del agua de cocer el bacalao; se lleva la olla al fuego y se riega de vez en cuando con la leche aguada, se cuece media hora hasta que acabe la leche.

Receta de la abuela Maria, con origen en Minas de Riotinto

BACALAO COCIDO EN NATA

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao
un litro de crema de leche*

*un vaso de aceite
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas cambiando varias veces el agua. Se blanquea cinco minutos, se limpia, se le quitan las espinas con unas pinzas y se desmiga.

En una cazuela de barro aceitada se coloca el bacalao, se cubre con la crema de leche y se lleva al fuego muy bajo, se confita y se maja con una cuchara de madera mientras cuece.

Cuando comience a tomar color, se le agrega el aceite muy lentamente como cuando se prepara la mayonesa, se remueve y se aplasta con la cuchara de madera, se añade mas crema y cuando pase media hora tendremos un puré de bacalao. Se sirve sobre rebanadas de pan frito o tostado, o se usa para combinar otros platos.

Receta recogida en Isla Cristina. Hay otra muy similar con leche

BACALAO COCIDO Y ALIÑADO

Ingredientes: (4 personas)

<i>Tres cuartos de kilo de bacalao en salazón</i>	<i>un tomate</i>
<i>dos cebollas nuevas</i>	<i>un pimiento</i>
<i>dos dientes de ajo</i>	<i>aceite</i>
<i>una hoja de laurel</i>	<i>perejil</i>
<i>vinagre</i>	<i>sal y pimienta.</i>

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas dándole varios cambios de agua, se escurre, se limpia, se eliminan las espinas con unas pinzas, se trocea y se reserva.

Se lleva una cazuela al fuego con agua, se echan el tomate pelado, troceado y sin pepitas, el pimiento troceado, una cebolla cortada en cascotes, los ajos pelados, la hoja de laurel y el perejil. Se remueve de vez en cuando con una cuchara de madera, se cuece media hora para que suelten todo su jugo.

Se quita la hoja de laurel y se pasa por el chino, nos queda un caldo poco trabado.

Se vuelve a la cazuela, se lleva al fuego, se añaden un chorro de aceite, el bacalao y se deja hervir diez minutos hasta que ablande.

Se saca el bacalao, se lleva a una fuente, se reduce un poco el caldo y se riega sobre bacalao, se aliña con una cebolla picada, perejil picado, dos cucharadas de vinagre, se rectifica de sal y pimienta; se sirve.

Receta de Rocío Silva Limón de su Libro Los Fogones de la Memoria

BACALAO CON AGRAZ

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao
un vaso de vino blanco
cincuenta gramos de ciruelas secas
cincuenta gramos de almendras
harina de freír pescado
clavo y pimienta.*

*un chorrito de aceite
un vasito de agraz
cincuenta gramos de guindas secas
un rollo de hierbas aromáticas
canela*

Preparación:

Se desala el bacalao durante un día cambiando el agua varias veces, el último agua se cuela y se reserva. Se le da un hervor en agua fresca, se saca del agua, se escurre y se seca. Se pasa por harina de freír pescado y se fríe.

Se prepara un caldo con aceite, vino blanco, agraz, agua de desalar el bacalao, ciruelas secas, guindas secas y el rollo de hierbas aromáticas.

Se majan en un almirez las almendras picadas, una chispa de canela, un clavo y pimienta, se añaden al caldo, se deja espesar un poco y se pasa por la tritadora. Se obtiene una salsa que se vierte sobre las presas de bacalao y se sirven.

Receta familiar adaptada de una de 1550 de Bartolomeo Scappi. Si no encontramos agraz sustituir por vinagre

BACALAO CON ACEITUNAS ALIÑADAS

Ingredientes: (4 personas)

*Doce filetes pequeños de bacalao
seis dientes de ajo
un pellizco de tomillo
una guindilla
un cuarto de kilo de aceitunas aliñadas
sal y pimienta.*

*seis tomates
un pellizco de orégano
un pellizco de cominos
aceite
una cucharada pequeña de azúcar*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se limpia y se eliminan las espinas, se dora en aceite y se reserva. Se cuele el aceite y se doran el ajo, el tomate rallado, se añade la cucharadita de azúcar, las hierbas picadas. Cuando reduce el agua que suelta el tomate, se pasa por el chino se rectifica de sal y pimienta.

Se lleva el bacalao a una fuente de barro, se cubre con las aceitunas picadas a cuchillo, se riega con la salsa de tomate y una chispa de caldo de verduras. Se lleva al horno a 180° entre cinco y diez minutos, una vez cocinado se sirve caliente.

Receta recogida en Gines (Sevilla). Si las aceitunas son gordales y se pican bien, el plato queda delicioso.

BACALAO CON AJADA

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao
una cebolla
un vaso de aceite
una cucharadita de pimentón*

*cuatro patatas
ocho dientes de ajo
un chorrito de vinagre
pimienta.*

Preparación:

Se deja el bacalao en remojo cambiándole el agua de vez en cuando, durante un día completo, a fin de que pierda la sal, se limpia se trocea y se reserva. La última agua se reserva.

Se pelan las patatas y se cortan en cascotes, se pela la cebolla y se trocea en cascotes, se cuecen en la última agua durante diez minutos, se añade el bacalao y se cuece otros diez minutos.

Aparte en un almirez se majan los ajos con el pimentón, una chispa de pimienta, un chorrito de vinagre y un vaso de aceite en crudo.

Se sacan las patatas, la cebolla y el bacalao a una fuente, se riegan con la ajada y se sirven.

Receta familiar de la Abuela Maria. En invierno, se deja una pequeña cantidad de agua con la cochura, se vierte la ajada, se le da un hervor y se sirve.

BACALAO CON ALETRÍAS

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao fresco en una pieza
medio kilo de fideos frescos elsdauh
un pimiento rojo
una latita de guisantes
dos huevos duros
dos dientes de ajo*

*un litro de caldo de pescado
una alcachofa
una patata
un vasito de almendras
una cucharadita de pimentón
sal y pimienta.*

Preparación:

Se cuece el bacalao en el caldo de pescado cinco minutos, mas que cocerlo darle un hervor. Se saca, se limpia, se le quitan las raspas, se monta y se reserva.

Se prepara una salsa de verduras; se limpia la alcachofa, se cuece en el caldo de pescado siete minutos, se riega con limón y se corta en ocho porciones, se fríe en aceite con el pimentón.

Se sacan y se reservan, en la misma sartén y aceite se fríen los ajos, las almendras, la patata cortada en daditos y el pimiento cortado en tiras..

Se rehogan la cebolla y el tomate, se añaden las alcachofas y el refrito, se rehogan un minuto, se cuele para eliminar el aceite, se añade una cantidad de caldo de pescado, una chispita de mezcla de especia berebere y se cuece unos minutos.

Se cuecen las aletrías un minuto y se emplatan, sobre ellas se emplata el pescado y junto a él las verduras formando como una salsa.

Se trata de un plato berebere, ellos preparan los fideos y los cocinan de una manera parecida a la de la receta. Empleamos la palabra aletrías porque en Murcia los llaman así y tienen un plato muy similar aunque menos especiado

BACALAO CON ALMEJAS

Ingredientes: (4 personas)

*Ocho supremas de bacalao en salazón
vaso y medio de vino
una cebolla
una cucharada de perejil
sal y pimienta.*

*dos vasos de almejas chochas
cuatro dientes de ajo
medio vaso de aceite
una chispa de piri-piri*

Preparación:

Se desala el bacalao dándole varias aguas durante veinticuatro horas. Se escurre, se limpia y se reserva.

Se abren las almejas al vapor, se les quita una valva. El caldo se cuele y se reserva.

En una cazuela de barro se pocha la cebolla, cuando dore un pelin se añaden los ajos laminados, el bacalao con la piel hacia abajo, se deja cocer cinco minutos moviendo la cazuela de vez en cuando.

Se añaden el caldo de abrir las almejas, las almejas, el perejil picado, se remueve la cazuela, se le echa una chispa de piri-piri y se sirve.

Receta recogida en Isla Cristina (Huelva)

BACALAO CON ALMENDRAS

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro lomos de bacalao
un diente de ajo
una cucharada de perejil
aceitunas.*

*tres cucharadas de aceite
un vasito de almendras molidas
un cuarto de kilo de patatas fritas en rodajas*

Preparación:

Se deja el bacalao en remojo, cambiando el agua de vez en cuando, durante todo un día. Se escurre, se limpia de piel, de espinas y se trocea.

Se prepara un majado en un almirez con el diente de ajo y el perejil, se le agrega un chorrito de aceite.

Se cubre una fuente de horno untada con aceite, con las patatas fritas, se colocan los trozos de bacalao sobre ellas, se riegan con el majado, aceite y las almendras molidas, se lleva a un horno a 220 grados durante diez minutos, se saca se adorna con aceitunas y se sirve.

Receta recogida en Isla Cristina.

BACALAO CON ANCHOAS

Ingredientes: (4 personas)

Cuatro filetes de bacalao fresco

seis cucharadas de mantequilla

ocho anchoas

un vaso de vino.

Preparación:

Se limpian las rodajas de bacalao, se llevan a una hoja de papel de estaño untada en mantequilla, se riegan con un poquito de vino y se napan con mantequilla batida con anchoas. Se cierra el papel en caja y se llevan al horno a 200° durante veinte minutos. Se sirven individualmente liadas en el papel de estaño y acompañadas de patatas hervidas.

Receta común de papillote.

BACALAO CON BOLETOS

Ingredientes: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de bacalao fresco

dos cucharadas de zumo de limón

un vaso de vino blanco

sal y pimienta.

una cucharada pequeña de estragón molido

un cuarto de kilo de boletos

una cucharada de perejil

Preparación:

Se limpia el bacalao, se le quita la espina central, se sazona con nuez moscada, estragón molido, zumo de limón, sal y pimienta.

Se lleva a una cazuela de barro con aceite, se dora por ambos lados y se vierten los boletos, se tapa y se cuece veinte minutos.

Se saca el pescado, se añade el vino a la cazuela, cuando rompe a hervir se rocía sobre el pescado y se sirve espolvoreado de perejil.

Si se utilizan rodajas de bacalao, se cocina igual, pero la cochura es menor, con quince minutos basta.

Receta recogida en Ayamonte a Bella Lupianez

BACALAO CON BRÉCOL Y BECHAMEL

Ingredientes: (4 personas)

*Un brécol de medio kilo
medio kilo de bacalao
seis lonchas de queso
una cucharadita de anises*

*dos vasos de bechamel
una cucharada de cilantro
seis lonchas de jamón
sal y pimienta.*

Preparación:

Se cuece el brécol con los anises, se corta en rodajas, se emplata en una fuente de horno y se reserva.

Se desala el bacalao dándole varias aguas durante doce horas, se trocea, se limpia de espinas, y se lleva a la fuente sobre el brécol, se riega con una chispita de aceite y se hornea diez minutos.

Se cubre con las lonchas de jamón y de queso, se le vierte la bechamel por encima, se le espolvorea queso rallado, se lleva al horno cinco minutos, pasados estos se gratina un minuto y se sirve.

Receta adaptada de una de Dora Grao

BACALAO CON BUTIFARRA

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro supremas de bacalao en salazón
un cuarto de kilo de judías cocidas
dos dientes de ajo
dos huevos duros*

*cuatro butifarras
un vaso de aceite
una cucharadita de miel
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas. Se seca, se limpia y se asan en la barbacoa untándolas de aceite. Se san igualmente las butifarras.

Se liga la mayonesa con la miel, el huevo duro rallado, el ajo machacado, sal y pimienta. Se traba una salsa y se lleva a una salsa.

Se emplatan el bacalao, las butifarras acompañadas de las judías y con la salsa aparte.

Receta de Andrés Aguilera de Sabadell (Barcelona)

BACALAO CON COLIFLOR EN SALSA VERDE

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
aceite
cuatro dientes de ajo
un limón*

*medio kilo de flores de coliflor
una cebolla
dos cucharadas de perejil
una hoja de laurel y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao dándole varias aguas durante todo un día. La última agua se cuele y se reserva.

El bacalao se limpia de espinas, se trocea en presitas y se cuece en agua fresca con medio limón y la hoja de laurel. Se sacan se escurren y se reservan.

Se cuecen las flores de coliflor en el agua que se había reservado de desalar el bacalao, se sacan se escurren y se reservan.

En una sartén con aceite, se prepara una salsa verde ligera con el perejil, el zumo de medio limón, los dientes de ajo y la cebolla. Una vez este trabada, se añaden las presas de bacalao y las flores de coliflor, se deja cocer unos minutos para que tomen sabor y se sirven.

Receta familiar de la Tía Pili. Esta receta tiene la variedad de escalfarle un par de huevos a cada plato, mejora mucho el plato.

BACALAO CON COSTRONES

Ingredientes: (4 personas)

*Ocho supremas de bacalao
dos dientes de ajo
media cucharadita de pimentón dulce
un tazón de caldo
harina de freír pescado*

*una cebolla
una hoja de laurel
media cucharadita de pimentón picante
cuatro huevos duros
aceite.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas cambiando el agua varias veces, se escurre y se reserva.

En una cazuela de barro con aceite se rehogan la cebolla y el ajo picado, el laurel, el bacalao pasado por harina de freír pescado. Se dora por ambos lados, se riega el pimentón y el caldo de pescado. Se cuece unos minutos y se sirve acompañado de rodajas de huevo duro y los costrones de pan frito.

Receta recogida en Ayamonte (Huelva)

BACALAO CON CREMA DE ALMENDRAS

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro supremas de bacalao fresco
dos zanahorias
una cebolla
un vaso de crema de leche
tres cucharadas de mantequilla
sal y pimienta.*

*un cuarto de kilo de tirabeques
un pimiento rojo
un vaso de caldo de pescado
cincuenta gramos de almendras fritas
aceite*

Preparación:

Se asa el pimiento en el horno, se pela y se corta en tiras. Se cuecen los tirabeques diez minutos y se reservan.

En una cazuela de barro se rehoga la cebolla con la mantequilla, se añade la zanahoria y se rehoga unos minutos. Se añaden las supremas, se riegan con el caldo y la crema de leche, se espolvorea con almendra picada, se salpimenta y se cuece un cuarto de hora.

Unos minutos antes de acabar, se añaden los tirabeques y el pimiento cortado en tiras pequeñas.

Los tirabeques son guisantes molares.

BACALAO CON CUSCÚS

Ingredientes: (4 personas)

Cuatro lomos de bacalao de ración, dos cebollas, dos dientes de ajo, un trocito de canela, dos hebras de azafrán, jengibre, aceite, un cuarto de kilo de cuscús, dos cucharadas de pasas, dos cucharadas de mantequilla, sal y pimienta.

Preparación:

Se desala el bacalao dándole varias aguas durante veinticuatro horas. Se saca, se escurre, se le quitan las posibles espinas con unas pinzas. Se reserva.

Se cuece el cuscús en la cuscusera, siguiendo las instrucciones impresas en el paquete. Se le ligan la mantequilla y las pasas.

En una sartén con aceite, se saltean la cebolla picada, el ajo picado, se ralla un poco de jengibre; se saltea hasta que la cebolla quede transparente. Se lleva a una fuente de horno, se colocan encima las presas de bacalao, se riega con pimienta molida, se añaden dos hebras de azafrán y se lleva a un horno a 180 grados durante media hora.

Se sirve el bacalao con el cuscús a banda como acompañamiento.

Receta familiar.

BACALAO CON ESPINACAS

Ingredientes: (4 personas)

Medio kilo de bacalao

cinco cucharadas de mantequilla

dos dientes de ajo

dos cucharadas de pan rallado

una cucharada de aceite.

medio kilo de espinacas

un vaso de bechamel

un huevo duro

cuatro rebanadas de pan de molde

Preparación:

Se desala el bacalao dándole varias aguas, durante doce horas, se escurre, se desmiga y se reserva.

En una cazuela de barro apta para el horno, se saltean las espinacas con la mantequilla, se ligan con la bechamel, el bacalao y los piñones. Se espolvorea con pan rallado, se riega con aceite y se gratina dos o tres minutos.

Se espolvorea con huevo duro rallado, se adorna con medias rebanadas triangulares de pan de molde tostadas formando corona en la cazuela y se sirven en la misma cazuela de barro.

Receta recogida en Sevilla en La Taberna Las Cinco Bellotas.

BACALAO CON FILIGRANA

Ingredientes: (4 personas)

Un kilo de bacalao fresco

dos remolachas

una lata pequeña de maíz dulce

dos patatas

una cucharada de mostaza francesa

una cebolla

dos zanahorias

una lata pequeña de guisantes

dos vasos de mayonesa

un limón

un casco de limón

sal y pimienta.

Preparación:

Se cuece el bacalao en agua con un casco de limón, un casco de cebolla, una hoja de laurel y sal. Se limpia, se le quitan las espinas, y se coloca en el centro de una fuente.

Se pelan y se cuecen las zanahorias, las patatas y la remolacha. Se cortan en dados diminutos y se ligan con mayonesa por separado.

Se colocan formando montones alrededor de la pieza de pescado cocido, junto a los guisantes y el maíz (estos sin ligar con mayonesa).

Se liga un vaso de mayonesa con la mostaza, se cubre el pescado con la salsa, se adorna con rodajitas de limón y se sirve.

Antigua receta familiar.

BACALAO CON HUEVOS ESCALFADOS

Ingredientes: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de bacalao

dos dientes de ajo

un tomate

cuatro huevos.

una cebolla

un pimiento

cuatro cucharadas de aceite

Preparación.

Se desala el bacalao teniéndolo en agua durante medio día, se le cambia varias veces, se saca, se limpia y se reserva.

En sartén a parte se rehoga la cebolla picada, cuando dore se añaden los ajos en laminas, el pimiento cortado en juliana, y el tomate rallado, pelado y sin pepitas.

Se añade el bacalao y se rehoga cinco minutos, se aparta del fuego y se emplatan platos individuales.

En una cazuela se escalfan los huevos, se colocan sobre los platos y se sirven.

Receta de Amalia Acosta de Lisboa (Portugal)

BACALAO CON JAMÓN

Ingredientes: (4 personas)

Un kilo de bacalao fresco

una hoja de laurel

cuatro dientes de ajo

ocho lonchas de jamón

un casco de limón

aceite y sal.

Preparación:

Se cuece el bacalao media hora en agua caliente sin que rompa a hervir. Se saca, se limpia y se emplata en una fuente.

Se dora en aceite el ajo laminado, se pasa el jamón por el aceite un momento.

Se sirve el bacalao con el jamón frito al lado acompañado de verduras cocidas y regado todo con el aceite con los ajos fritos.

Receta recogida en Isla Cristina. El jamón no debe ser salado.

BACALAO CON LECHE AL HORNO

Ingredientes: (4 personas)

<i>Tres cuartos de kilo de bacalao en salazón</i>	<i>un litro de leche</i>
<i>una cebolla</i>	<i>tres dientes de ajo</i>
<i>dos cucharadas de aceite</i>	<i>una chispa de canela</i>
<i>una cucharada de culantro picado</i>	<i>sal y pimienta.</i>

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas dándole varias aguas. Se escurre, se trocea en cuatro porciones.

Se saltea en una olla de barro con aceite la cebolla picada, cuando blanquee se añaden el ajo picado y el perejil picado a cuchillo.

Se calienta la leche, se la añade una chispita de canela y se salpimenta. Se añade el bacalao a la olla, se riega con la leche y se lleva al horno a 180° una hora. Cuando reduce la leche a la mitad, se saca y se sirve.

Receta familiar, ¡la abuela Maria hacia un lomo de cerdo a la leche exquisito!

BACALAO CON LENTEJAS

Ingredientes: (4 personas)

<i>Cuatro supremas de bacalao en salazón</i>	<i>cuatrocientos gramos de lentejas</i>
<i>medio vaso de aceite</i>	<i>diez cucharadas de mantequilla</i>
<i>un manojo de ajos tiernos</i>	<i>una cebolla</i>
<i>una cucharadita de pimentón</i>	<i>una cucharada de caldo de carne concentrado</i>
<i>un vaso de vino blanco</i>	<i>una hoja de laurel</i>
<i>azúcar</i>	<i>harina de freír pescado</i>
<i>sal y pimienta.</i>	

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, cambiando varias veces el agua. Se saca, se escurre, se reserva. En el agua del ultimo cambio, se cuecen las lentejas, se asustan dos veces. Se lavan con agua fría y se escurren.

En una sartén con aceite y mantequilla, se saltean los ajos tiernos cortados en rodajas y la cebolla picada, cuando dore, se añade el laurel, el bacalao pasado por harina, se riega con el vino, se añade una chispita de azúcar, se cocina unos minutos, se agrega medio vaso de agua con el concentrado de carne; se deja cocer unos minutos.

Se saca el bacalao, se emplata individualmente, se saltean las lentejas, se espolvorean con pimentón, se añade el sofrito, se saltea un par de minutos y se añaden las lentejas al bacalao. Se sirven.

BACALAO CON MANTEQUILLA NEGRA

Ingredientes: (6 personas)

Un kilo de bacalao

300 gr de mantequilla

tres cucharadas soperas de alcaparras

sal y pimienta.

un vaso de vino

un puñado de hojas de perejil fresco

½ dl de vinagre de vino tinto

Preparación:

Se desala el bacalao durante doce horas dándole varias aguas, se corta en supremas pequeñas y se riega con zumo de limón. Se blanquea con agua y un vaso de vino, dándole un hervor de cinco minutos. Se escurren las supremas y se reservan.

Se pone mantequilla en un cacito a fuego suave. Se deja que se derrita y tome un ligero color avellanado sin que llegue a quemarse.

Se añaden el perejil, las alcaparras y el vinagre, se salpimenta y se riega el pescado con la salsa. Se sirve acompañado de unas patatitas cocidas.

Receta adaptada de una recogida en La Taberna Las Cinco Bellotas de Sevilla. A la salsa se le puede añadir una bolsita de tinta de calamar.

BACALAO CON MANZANAS

Ingredientes: (4 personas)

Medio kilo de bacalao en salazón

un kilo de cebolla

dos tomates

pan rallado

dos kilos de manzanas

un pimiento rojo

aceite

sal y pimienta.

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas dándole varias aguas, se limpia y se trocea.

Se pelan las manzanas, se cortan en rodajas y se fríen en aceite someramente.

Se pasa el bacalao por harina de freír pescado y se fríe en la misma sartén y aceite. Se reserva. El aceite se cuele.

En la misma sartén y aceite se fríen la cebolla cortada en aros, el pimiento en juliana y el tomate pelado, picado y sin pepitas.

Se llevan a una fuente de horno la manzana frita, sobre ella el bacalao, se cubre con el refrito y se napa con pan rallado. Se lleva al horno diez minutos, regando varias veces con su caldo.

Personalmente aunque la receta no lo incorpora, el primer riego lo hago con una chispita de aceite y un vasito de vino de Jerez.

Receta de Montserrat Segura de Sabadell.

BACALAO CON MAYONESA VERDE

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao
una cucharada de perejil
una cucharada de mostaza
sal y pimienta.*

*un vaso de mayonesa
dos pepinillos
dos cucharadas de alcaparras*

Preparación:

Se desala el bacalao dándole varias aguas durante doce horas, se escurre, se limpia, se le quitan las espinas con unas pinzas y se trocea en filetes. Se blanquea hirviéndolo en agua cinco minutos y se reserva en una fuente.

Se liga el vaso de mayonesa en la batidora con la cucharada de perejil, los pepinillos, la mostaza y las alcaparras, se salpimenta, se riega el bacalao y se sirve.

Receta recogida en Minas de Riotinto. Se puede sustituir el perejil por culantro.

BACALAO CON MELÓN

Ingredientes: (4 personas)

*Medio melón
un limón
una chispa de pimentón picante
albahaca
sal y pimienta.*

*medio kilo de bacalao
una naranja
un aguacate
dos cucharadas de aceite*

Preparación:

Se desala el bacalao dándole varias aguas durante veinticuatro horas, se limpia, se desmiga y se reserva. Debe quedarle un resto de sal.

Se pela el melón se corta en medias rodajas. Se pela el aguacate, se tritura en grueso y se riega con el zumo de limón, un chorrito de zumo de naranja, la albahaca, el aceite, se salpimenta.

Se emplatan individualmente las medias rodajas de melón, formando radios con la parte fina hacia el centro; se colocan las migas de bacalao en el centro y la crema de aguacate en montoncitos entre las rodajas de melón.

Receta recogida en Punta Umbría

BACALAO CON MOJO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
medio kilo de batata
una rebanada de pan frito
aceite
sal y pimienta.*

*medio kilo de papas arrugas
dos dientes de ajo
vinagre
un chorrito de agua*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas dándole varios cambios de agua. Se cuece en una cazuela junto a las patatas y las batatas sin pelar y con muy poco agua, casi al vapor. Una vez hechas, seorean en la misma cazuela con el resto de calor hasta que sequen. Se reservan.

Se majan en un almirez los dientes de ajo, el pan frito, el vinagre, el aceite, se salpimienta y se añade un chorrito de agua, se maja, se liga y se sirve aparte.

Se comen mojando trocitos de bacalao, de patata o de batata en el mojo, como si se tratase de una fondue.

Esta receta de procedencia canaria la comíamos en el Sahara en los años setenta. La receta original lleva dos guindillas en el majado, pero quede muy picante.

BACALAO CON NATAS

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao en salazón
dos cucharadas de harina
un vasito de aceite
una hoja de laurel*

*dos cebollas
dos cucharadas de mantequilla
un vasito de nata
clavo, sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se escurre, se desmiga y se reserva.

Con la harina, la mantequilla, leche, sal y pimienta se liga una salsa bechamel.

Se corta la patata en paja, la cebolla en rodajas, se confitan en aceite y se reservan. Se liga el bacalao.

En una fuente se emplatan las patatas, la cebolla, y el bacalao, se riegan con la bechamel, se colocan unos pegotitos de mantequilla, se gratina y se sirve.

Receta portuguesa recogida en Tavira (Portugal)

BACALAO CON OREJONES Y ARROZ

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro supremas de bacalao en salazón
dos cebollas
una chispita de canela
aceite
unas pasas*

*ocho orejones
dos dientes de ajo
dos hebras de azafrán
dos vasos de arroz blanco
sal y pimienta.*

Preparación:

Se hidratan los orejones llevándolos a una fuente con agua tibia. Se reservan en el agua. En una olla de barro apta para horno, se rehogan con cuatro cucharadas de aceite la cebolla y cuando empiece a blanquear, se añade el ajo y se baja el fuego al mínimo. Se espolvorea pimienta y se añaden las hebras de azafrán, una chispita de canela y se colocan el bacalao con la piel hacia abajo y los orejones. Se salpimenta y se tapa con papel de aluminio, se lleva al horno a 180° durante media hora, transcurrida esta se saca y se sirve con arroz blanco salteado con mantequilla y las uvas pasas sin hueso como acompañamiento.

Los orejones son melocotones sin hueso secados al sol. Receta recogida en Aracena.

BACALAO CON PAPAS

Ingredientes. (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
una cebolla
dos tomates
dos hebras de azafrán
sal y pimienta.*

*un kilo de patatas
un pimiento
dos dientes de ajo
aceite*

Preparación:

Se deja el bacalao desalando durante un día en varias aguas. Transcurrido este tiempo se saca, se escurre y se limpia. En una cazuela se prepara un refrito con la cebolla, el ajo, el tomate pelado y sin pepitas y el pimiento. Se pelan las patatas, se trocean y se añaden a la cazuela, se les dan un hervor de diez minutos, se añaden el bacalao y el azafrán se continua con la cochura otros diez minutos, se rectifica de sal y pimienta y se sirven.

Receta recogida en la playa de Manta Rota (Portugal)

BACALAO CON PASAS Y NUECES

Ingredientes: (4 personas)

<i>Tres cuartos de kilo de bacalao</i>	<i>una cucharada de piñones</i>
<i>dos cucharadas de nueces picadas</i>	<i>dos dientes de ajo</i>
<i>una cebolla</i>	<i>tres tomates</i>
<i>diez cucharadas de aceite</i>	<i>dos picatostes</i>
<i>dos cucharadas de harina de freír pescado</i>	<i>sal y pimienta.</i>

Preparación:

Se desala el bacalao durante doce horas cambiando el agua varias veces, se escurre se seca con un papel de cocina, se pasa por harina y se fríe a nuestro gusto, caso de duda un poco menos.

Se cuele el aceite y se lleva a una cazuela de barro, se doran en él los ajos cortados en laminas, se añade la cebolla picada y cuando poche el tomate picado, pelado y sin pepitas. Se rehoga cinco minutos.

En un almirez se majan los picatostes, los piñones y las nueces. Se añaden al guiso con un vaso de agua, se deja cocer diez minutos, se añade el bacalao, se rectifica de sal y pimienta, se deja cocinar unos minutos y se sirve.

Receta de Conchita Bueno de Moguer (Huelva)

BACALAO CON PASAS Y PIÑONES

Ingredientes: (4 personas)

<i>Cuatro presas de bacalao de ración</i>	<i>ocho cucharadas de aceite</i>
<i>una cucharada de harina de freír pescado</i>	<i>una cucharada de piñones</i>
<i>una cebolla</i>	<i>un vasito de vino dulce</i>
<i>dos cucharadas de pasas de corinto.</i>	

Preparación:

Se desala el bacalao dándole varias aguas durante doce horas. Se saca, se escurre, se seca, se enharina y se fríe en aceite. Se reserva.

En la misma sartén con el aceite colado se saltean la cebolla picada y los ajos laminados, se añade el vino dulce, las pasas y los piñones, se cuece unos minutos y se añaden las presas de bacalao, se cocinan unos minutos para que tomen sabor y se sirven.

Una variante es majar la cebolla y el ajo con un par de rebanadas de pan frito, se vuelve a la sartén y se continua con la receta.

BACALAO CON PATATAS CONFITADAS

Ingredientes: (4 personas)

<i>Cuatro supremas de bacalao en salazón</i>	<i>un vasito de aceite</i>
<i>cuatro dientes de ajo</i>	<i>una cebolla</i>
<i>dos hebras de azafrán</i>	<i>cuatro patatas</i>
<i>un vaso de vino blanco</i>	<i>harina de freír pescado</i>

sal y pimienta.

Preparación:

Se desalan las supremas durante veinticuatro horas dando varias aguas, se sacan se escurren, se secan, se pasan por harina de freír pescado y se fríen en aceite a fuego muy bajo, que ablanden pero no doren.

Se pelan las patatas se cortan a rodajas y se confitan en aceite sin que llegue a hervir.

Se cuele el aceite y se doran en él el ajo picado, la cebolla picada, cuando pochen se añaden el vino y el azafrán, se reduce a una salsa.

Se emplatan individualmente las supremas, se rodean de patatas confitadas en aceite, se riega con la salsa y se sirve.

Receta recogida en Aracena (Huelva)

BACALAO CON PATATAS Y COL

Ingredientes: (4 personas)

<i>Un kilo de bacalao en salazón</i>	<i>una col pequeña</i>
<i>medio kilo de patatas</i>	<i>dos huevos duros</i>
<i>pimentón</i>	<i>aceite</i>

sal y pimienta.

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se le dan varias aguas. Se saca, se escurre, se limpia y se trocea.

Se liga el aceite con el pimentón, se reserva.

Se cuecen las patatas peladas y cortadas en rodajas, cuando lleven cociendo diez minutos, se añade la col troceada, y cinco minutos después las porciones de bacalao. Se deja cocer cinco minutos, se escurre, se emplata, se riega con el aceite de pimentón, se salpimenta y se sirve

Receta recogida en Almonaster la Real (Huelva). La abuela Kossi también hacía este plato, pero añadía el aceite de pimentón con el caldo y lo servía con el

BACALAO CON PIMENTÓN

Ingredientes: (4 personas)

Ocho supremas de bacalao en salazón

dos dientes de ajo

una cucharada de pimentón dulce

un vaso de caldo de pescado (o media pastilla)

aceite

picatostes

una cebolla

una hoja de laurel

una cucharada de pimentón picante

cuatro huevos duros

harina de freír pescado

sal y pimienta.

Preparación:

Se desalan las supremas de bacalao veinticuatro horas dándoles varias aguas, se escurren. se limpian y se reservan.

En una cazuela de barro, se doran la cebolla picada y los ajos laminados, se añaden la hoja de laurel y las supremas pasadas por harina de freír pescado, se doran por ambos lados, se riega con las dos clases de pimentón y el caldo de pescado, se cuece cinco minutos. Se añaden los huevos picados, los picatostes y se sirve.

Receta recogida en Valverde del Camino (Huelva)

BACALAO CON PIMIENTOS

Ingredientes: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de bacalao

cuatro pimientos

una hoja de laurel

un vaso de tomate frito

una cebolla

una cucharada de aceite.

Preparación:

Se trocea el bacalao y se desala cambiándole de agua varias veces durante doce horas; se cuece con la cebolla picada y la hoja de laurel durante cinco minutos. Se saca el bacalao, se le quita la piel y las espinas.

Se asan los pimientos, se les quita la piel, se cortan en tiras y se reservan.

En una cazuela de barro con aceite se añade tomate frito, una capa de pimientos, el bacalao, otra capa de pimientos, se riega con tomate y se lleva a un horno a 180 grados durante diez minutos. Se sirve con acompañamiento de verdura cocida.

Receta recogida en Murcia

BACALAO CON PIMIENTOS Y POCHAS

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro presas de bacalao
aceite
un bote de pochas
sal y pimienta.*

*cinco dientes de ajo
una lata de pimientos de piquillo
un vaso de caldo de pescado*

Preparación:

Se desalan las presas de bacalao dándoles varias aguas durante doce horas. Se secan, se pasan por harina y se fríen. Se sacan, se llevan a una olla de barro. El aceite se cuele.

En la misma sartén y aceite se fríen los ajos cortados en laminas, cuando doren se vierte todo en la olla, se añaden los pimientos de piquillo cortados en tiras, el caldo de pescado y se cuece cinco minutos. Se añaden las pochas, se cuece un minutos mas y se sirven en la misma olla.

Receta recogida en Jaén

BACALAO CON PIÑONES

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao
dos pimientos
medio vaso de aceite*

*tres tomates
cien gramos de cebolletas
cuatro cucharadas de piñones*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas, dándole varias aguas. Se limpia, se trocea se pasa por harina de freír pescado y se fríe en abundante aceite.

En una olla de barro se prepara un refrito con el tomate, las cebolletas, los pimientos, se añade el bacalao, se cuece a fuego lento hasta que este hecho, se salpimenta. Se riega con los piñones y se sirve.

Este plato tan simple lo comimos en el Restaurante del Dique Sur en Minas de Riotinto hace bastantes años.

BACALAO CON POLEÁS DE PIMENTÓN

Ingredientes: (4 personas)

*Ocho cucharadas de sémola
dos cucharaditas de pimentón
dos clavos
un trocito de cáscara de limón*

*cuatro supremas de bacalao en salazón
medio vaso de aceite
media cucharadita de alcaravea
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas, dándole varias aguas. Se blanquea cinco minutos, se saca se limpia y se reservan las supremas en una fuente.

En una cazuela de barro con aceite, se dora el pimentón, sin que rebase el minuto, pues caso contrario amarga. Se añade la sémola de maíz, se remueve con una cuchara de palo, cuando dora se añade agua caliente despacito. Se sazona con sal, pimienta, clavo molido, alcaravea molida, se deja hervir un cuartos de hora hasta tener una pasta consistente, se emplata con el bacalao y se sirve.

Receta común de la Provincia de Huelva

BACALAO CON POLEÁS SEVILLANAS

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao en salazón
un litro de agua
seis cucharadas de aceite
azúcar*

*un kilo de harina
un vaso de leche
una cucharada de matalauva
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante ocho horas, dándole varias aguas, se blanquea tres minutos y se corta en tiras. Se reserva un litro del agua de blanquear el pescado.

Se fríen en aceite unas rebanadas de pan. Se cuele el aceite, los picatostes se reservan.

Se lleva el aceite a una olla, junto a la matalauva y el agua que se ha reservado. Cuando rompa a hervir, se le añade la harina muy despacito y se remueve con una cuchara de madera.

Una vez cocida se le espolvorea el azúcar, se vierte la leche caliente, se remueve, se adorna con los picatostes y se sirve junto a las tiras de bacalao.

Receta que Rocío Cansino de Gines (Sevilla) le dio a la abuela Maria en los años cincuenta, realmente se trata de una receta berebere adaptada a la Gastronomía Sevillana; se acompaña de sardinas embarricadas o bacalao en salazón.

BACALAO CON PURÉ DE BUTIFARRA

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro supremas de bacalao en salazón
cuarto y mitad de butifarra negra
una cucharada de harina de freír pescado
un vasito de coñac.*

*dos vasos de salmorejo
dos vasos de nata líquida, aceite
tres dientes de ajo*

Preparación:

Se desala el bacalao ocho horas, dejándole un punto de sal, se corta en supremas, se pasa por harina de freír pescado y se fríe.

Se prepara un puré con la butifarra negra cortándola a taquitos y triturándola con la trituradora, se añade un chorrito de nata líquida y se obtiene un puré.

Se confitan los tres dientes de ajo con la mantequilla a fuego lento, se añade el azúcar, el coñac y se flamea, se riega con la nata, se salpimenta y se reduce hasta que trabe una salsa.

Se emplata individualmente el salmorejo como lecho, el bacalao sobre él, se riega con la muselina de ajo, y se vierte una porción de puré de butifarra en un costado del plato. Se puede gratinar unos minutos aunque no es necesario y se sirve.

Receta de Andrés Aguilera de Sabadell.

BACALAO CON PURÉ DE PUERROS

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro supremas de bacalao fresco
un vasito de aceite
medio paquete de espinacas
una patata
sal y pimienta.*

*cuatro dientes de ajo
cuatro cucharadas de almendras
cuatro puerros
un chorrito de nata*

Preparación:

Se trocea la parte blanca del puerro y la patata, se rehogan con aceite y se añade una cucharada de almendra molida. Se cubre de agua y se cuece media hora. Se pasa por el turmix, se añade la nata y se liga un puré.

Se llevan las supremas a una bandeja de horno aceitada, se cubren con ajo picado, se riegan con aceite y se llevan al horno a 180° un cuarto de hora.

Se saltean las espinacas y las almendras picadas.

Se emplatan individualmente un fondo de puré de puerros, sobre el las supremas y se adorna con una corona de espinacas.

Receta recogida en Pozo del Camino (Huelva)

BACALAO CON SALSA DE CHOCOS

Ingredientes:

*Cuatro supremas de bacalao fresco
un ajo
dos bolsas de tinta de calamar
dos cucharadas de aceite
sal y pimienta.*

*dos cebollas
medio vaso de caldo de pescado
medio vasito de la Palma
una rebanada de pan frito*

Preparación:

Se hacen las rodajas de bacalao fresco a la plancha, se emplatan y se reservan. Se monta un refrito de cebolla y ajo picados, cuando doren levemente, se añade el caldo y se deja cocer a fuego muy bajo veinte minutos. Se añaden las bolsas de tinta, el vino y se cuece otros diez minutos, se rectifica de sal y pimienta, se riegan las rodajas de bacalao y se sirven.

Receta recogida en Isla Cristina

BACALAO CON SALSA DE FALSO ALI-OLI

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao en salazón
un diente de ajo
cuatro patatas
un tomate
aceitunas
una cebolla*

*mayonesa
una zanahoria
doscientos gramos de judías verdes
dos huevos cocidos
una coliflor pequeña
algunos rabanitos.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas, dándole varias aguas, se escurre, se limpia y se corta en filetes; se pasan por aceite y se les dan unas vueltas a la plancha, hasta que queden en su punto. Con cinco minutos bastara. Se reservan. Se cuecen las zanahorias, las patatas, la coliflor y las judías verdes, se dejan enfriar, y se cortan en taquitos a gusto; se reservan. Se emplatan los filetes de bacalao en una fuente, se rodean con las patatas, la zanahoria, las judías verdes, la coliflor, el tomate picado y los rábanos. Se añaden las rodajas de cebolla cruda, los huevos duros picados como adorno y se le ponen unas aceitunas. Se pica muy fino el ajo, y se liga con la mayonesa. Se sirven en una fuente el pescado con las verduras, y la salsa aparte en una salsera.

Receta propia.

BACALAO CON SALSA DE MENTA

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro filetes de bacalao
medio vaso de azúcar
aceite
una ramita de menta verde*

*medio vaso de vinagre
dos cucharadas de harina
un vaso de fumé de pescado
maíz.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas dándole varias aguas, se limpian, se pasan por harina de freír pescado, y se fríen en aceite abundante. Se reservan en una fuente.

En un cazo, se hierve a fuego lento el vinagre, se añade el vaso de fumé pescado y el azúcar. Se remueve para que no se pegue, y cuando espese a nuestro gusto, se añade la menta que previamente hemos molido muy fina, se sigue removiendo, se deja enfriar y se coloca en una salsera.

Los filetes de bacalao, se sirven en una fuente, con una guarnición de maíz. La salsa se riega a gusto.

Esta receta procede de Minas de Riotinto

BACALAO CON SALSA DE PIMIENTOS VERDES

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro tajadas de bacalao
cuatro pimientos verdes
cuatro dientes de ajo
aceite.*

*dos pimientos rojos
una cebolla
una guindilla*

Preparación:

Se desalan las tajadas de bacalao dándole varias aguas durante doce horas, se sacan, se escurren y se secan.

Se fríe en aceite el ajo en laminas y la guindilla, se pasan las presas por harina, se doran en el mismo aceite durante cuatro minutos por cada lado. Se sacan y se reservan.

En la misma sartén y aceite se pochan los pimientos verdes, se pasan por la trituradora y se emplatan en una fuente, se colocan las presas de bacalao encima, se riegan con la fritada de aceite, se adornan con tiras de pimiento morrón y se sirven.

Receta recogida en Isla Cristina (Huelva)

BACALAO CON SALSA DE PIMIENTOS

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro supremas de bacalao en salazón
dos patatas
un vaso de aceite de oliva*

*un pote pequeño de pimientos de piquillo
una cebolla
sal y pimienta.*

Preparación:

Se pican los pimientos en el turmix con dos cucharadas de aceite, sal y pimienta.

Se cortan las patatas en paja y se confitan en aceite sin que llegue a hervir.

Se fríen en la misma sartén y con la mitad del aceite las supremas, primero por el lado de la piel, después por el otro.

Se reparte la salsa en cuatro platos, se coloca sobre ella la patata confitada, se colocan las supremas de bacalao, se rodean de cebolla cruda picada, se aliña con crema de balsámico y se sirven.

Receta recogida en la terraza del Bar Pepin en Isla Cristina (Huelva)

BACALAO CON SALSA LIGERA

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao en salazón
un vaso de mayonesa
una cucharadita de mostaza francesa
una cucharada pequeña de mantequilla*

*tres cuartos de kilo de patatas
medio vasito de nata
aceite
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao doce horas dándole varios cambios de agua, dejándole un punto de sal, se escurre, se limpia y se corta en tiras finas.

Se unta con mantequilla una fuente de horno, se cubre con una capa muy fina de patatas, se rocían con agua para que cuezan mejor, se colocan encima las tiras de bacalao.

Se prepara una salsa ligera ligando con una varilla la mayonesa, le leche, la mostaza, sal y pimienta. Se riega el bacalao con la salsa, se lleva al horno a 180° media hora y se sirve.

Si te gusta poco hecho se cocina cinco minutos menos. Esta misma receta se prepara solo con mayonesa, nosotros la preferimos así. Receta recogida en El Portil (Huelva)

BACALAO CON SALSA TÁRTARA

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro supremas de bacalao en salazón
tres pepinillos
un diente de ajo*

*un tazón de mayonesa
una cucharada de alcaparras
perejil.*

Preparación:

Se desalan las supremas veinticuatro horas dándole varios cambios de agua. Se blanquean cinco minutos, se sacan, se escurren, se limpian, se quitan las espinas y se llevan a una fuente. Se liga la mayonesa con los pepinillos picados muy finos, el ajo, las alcaparras, el perejil, todo picado muy fino, bien a cuchillo o con picadora gruesa. Si la salsa queda demasiado gruesa, se puede aligerar con una cucharada de leche o de agua caliente. Se napan las supremas con la salsa y se sirven.

Receta recogida en Isla Cristina en el Bar Pepin. Hay otras que le añaden a la salsa un par de gotas de Tabasco.

BACALAO CON SANFAINA

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao
un vaso de aceite
dos berenjenas
tres pimientos asados
dos dientes de ajo
harina de freír pescado*

*una cucharada de manteca de cerdo
una cebolla
un calabacín
cuatro tomates
laurel
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas dándole varias aguas, se escurre, se limpia y se corta en presas. Se para por harina y se fríe en aceite. Las presas se reservan y el aceite se cuele.

En la misma sartén y aceite con la cucharada de manteca, se saltean la cebolla picada y el ajo, en cuanto hayan dorado se añade el calabacín cortado en daditos, la berenjena en taquitos y el pimiento en tiras pequeñas. Se añade el tomate rallado y se cuece hasta que reduzca el agua que suelta.

Se colocan las presas de bacalao, se cuece unos minutos y se sirve.

Receta de Montserrat Llorens de las Islas Baleares

BACALAO CON SETAS

Ingredientes: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de bacalao

nuez moscada

un cuarto de kilo de setas (boletos o similares)

una cucharada de perejil picado

una cucharadita de estragón

zum de limón

medio vasito de vino

aceite y pimienta.

Preparación:

Se desala el bacalao dándole varias aguas durante veinticuatro horas, se escurre, se seca y se lleva a una fuente donde se sazona con zumo de limón, estragón, pimienta y nuez moscada.

Se dora con aceite por ambos lados unos minutos, se añaden las setas troceadas y se cocina durante veinte minutos.

Se sacan las presas de bacalao y se reservan en una fuente; se riegan las setas con el vino, cuando rompe a hervir se saca y se tritura en el turmix. Se riega el pescado con la salsa y se sirve.

Receta común en el Andevalo (Huelva) donde hay una gran variedad de setas

BACALAO CON TOMATE

Ingredientes: (4 personas)

Cuatro presas de bacalao tamaño ración

media cucharadita de azúcar

harina de freír pescado

dos dientes de ajo

perejil, aceite

medio kilo de tomates

tres pimientos morrones

una cebolla

una guindilla

sal y pimienta.

Preparación:

Se desalan las presas de bacalao durante veinticuatro horas, cambiando varias veces de agua se escurren, se secan, se salpimentan, se pasan por harina y se reservan

En una sartén con un chorrito de aceite, se pican la cebolla muy fina, y el tomate, que se habrá pelado y despepitado con anterioridad, se salpimenta, se añade media cucharadita de azúcar, se rehoga hasta que reduzca, y se pasa por el chino. La salsa que obtenemos, se reserva.

En una cazuela de barro, se fríen los ajos picados y la guindilla, antes de que doren los ajos, se añaden las presas de bacalao que se habían reservado.

Cuando doren, se añade la salsa de tomate, se añaden los pimientos cortados en tiras, y se deja cocer diez minutos. Se sirven en la misma cazuela.

Receta de Pilar Diaz de Las Rozas (Madrid)

BACALAO CON VERDURAS

Ingredientes: (4 personas)

*Doce porciones de bacalao
medio repollo
dos dientes de ajo
dos cucharadas de vinagre*

*un cuarto de kilo de patatas
dos cebollas
un vaso de aceite
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas, dándole varias aguas. Se escurre, se limpia de piel y se quitan las espinas con unas pinzas. Se blanquea cociendo en agua cinco minutos. Se cuecen las patatas cortadas en cascotes, la col cortada en tiras y la cebolla cortada en cascotes.

Se llevan las verduras y el bacalao a una olla de barro, se riega con el aceite ligado con el vinagre y el ajo machacado en un mortero. Se lleva al fuego unos minutos y se sirve.

Antigua receta familiar posiblemente recogida en Riotinto en los años cuarenta.

BACALAO CON ZANAHORIA

Ingredientes:

*Tres cuartos de kilo de bacalao
tres zanahorias hermosas
harina de freír pescado
aceite*

*una cebolla
un huevo
vinagre
sal y pimienta.*

Preparación:

Se limpia el bacalao y se corta en supremas, se pasan por harina y se fríen

En la misma sartén y con el aceite colado, se fríe la cebolla cuando este transparente, se le ralla la zanahoria, se cocina diez minutos, se añaden dos cucharadas de vinagre, se hierva cinco minutos y se lleva el bacalao a una fuente; se le vierte el contenido de la sartén, se introduce en el horno a 180° cinco minutos y se sirve.

Receta recogida en Isla Cristina (Huelva)

BACALAO CON ZUMO DE NARANJA AMARGA

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao salado
una naranja
aceite*

*doscientos gramos de harina de pescado
una naranja amarga
mostaza y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante un día completo cambiándole varias veces el agua, la última se cuele y se reserva. Se hierva en agua fresca, se saca, se escurre y se seca. Se pasa por harina de pescado, se fríe.

Se cuecen la cebolla y los ajos en la última agua. Se trituran, se añade el zumo de una naranja y el de media naranja amarga, se añade la mostaza; se traba una salsa.

Se riega el bacalao con la salsa y se sirve.

Receta adaptada de una de 1550 de Bartolomeo Scappi. Se puede sustituir la naranja amarga por vinagre.

BACALAO CONCHITA

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de filetes en salazón
un cuarto de kilo de tomates
harina de freír pescado.*

*un vaso de aceite
un vaso de falso ali-oli*

Preparación.

Se desala el bacalao doce horas, dándole varias aguas, que le quede un resto de sal. Se pasa por harina y se fríe cinco minutos.

Se saca el bacalao, en la misma sartén y aceite se fríe el tomate pelado y sin pepitas hasta que pierde el agua que suelta. Se añade el falso ali-oli, se deja cocer cinco minutos, se añade el bacalao se cocina un par de minutos para que tome la salsa y se sirve.

Receta recogida en Isla Cristina (Huelva)

BACALAO CRUDO CON PIMENTÓN

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao en salazón
una cucharada de pimentón picante
pimienta..*

*una cucharada de pimentón dulce
vaso y medio de aceite*

Preparación:

Se desala el bacalao parcialmente dándole varias aguas durante ocho horas, se limpia, se le quitan las espinas caso de tener alguna y se desmiga.

Se lleva a una fuente honda se espolvorea con el pimentón, se riega con el aceite y se remueve. Se deja reposar un par de horas y se consume.

Receta murciana recogida en Ayamonte (Huelva)

BACALAO CUCHARÓN Y PASO ATRÁS

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
un cuarto de kilo de patatas
cuatro tomates grandes
un vaso de aceite
cuatro dientes de ajo
sal y pimienta.*

*un cuarto de kilo de asadura
la miga de un bollo sentado
dos pimientos
una chispita de azúcar
agua*

Preparación:

Se desala el bacalao durante doce horas, se escurre, se limpia y se desmiga.

En una perola (sartén honda) con aceite se fríen los dientes de ajo enteros, cuando doren se fríen las patatas troceadas. Cuando doren se sacan y se reservan.

En la misma sartén y aceite, se rehogan los pimientos picados, se añaden los tomates, pelados y sin pepitas y cuando haya reducido el agua que sueltan los tomates, se añade el bacalao desmigado.

Se pica a cuchillo el hígado de cerdo y se añade a la perola, junto a la chispita de azúcar, cuando pasen dos minutos, se añaden otra vez las patatas, mas un vaso de agua de desalar el bacalao, se cuece diez minutos, se añade miga de pan para espesar y se sirve.

En el campo, de donde procede la receta, se comía por el riguroso sistema de cucharón y paso atrás. O sea por riguroso orden.

BACALAO DE CUARESMA

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao en salazón
seis huevos
dos vasos de aceite
dos dientes de ajo
sal y pimienta.*

*un kilo de patatas
un cuarto de kilo de aceitunas negras sin hueso
una cucharada de perejil
tres cebollas*

Preparación:

Se desala el bacalao durante todo un día cambiando el agua varias veces. Se blanquea diez minutos, con un hervor muy suave, se saca, se escurre, se limpia y se desmiga.

Se cuecen las patatas y los huevos, se pelan y se cortan en rodajas.

En una cazuela de barro, se doran la cebolla y los ajos; se añade el bacalao, se remueve con una cuchara de madera, se añaden las patatas y las aceitunas, se les dan unas vueltas, se añaden las rodajas de huevo, se riega con el perejil, se salpimenta y se sirve.

Receta común de la cocina sevillana

BACALAO DE FUSTE

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao en salazón
un vaso de leche
un diente de ajo
agua*

*tres cuartos de kilo de patatas
cinco cucharadas de aceite
dos cucharadas de mantequilla
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se escalda dos minutos hasta que suelte la espuma, se limpia y se trocea.

Se cuece en una cazuela con agua con las patatas peladas y troceadas, se desmiga el bacalao y se machaca con un tenedor junto a las patatas.

Una vez conseguida la pasta, se liga el aceite primero y la leche después, se trabaja con una cuchara de madera. Finalmente se le añade el ajo picado, se salpimenta y se liga.

Se lleva la pasta a una fuente de horno, se le colocan unos pegotitos de mantequilla y se gratina un cuarto de hora. Se sirve con picatostes.

Receta popular con gran similitud a la brandada de bacalao.

BACALAO DORADO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
seis huevos
tres cebollas
dos cucharadas de perejil
aceite*

*tres patatas
un vaso de aceitunas negras
dos dientes de ajo
una hoja de laurel
pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao unas doce horas cambiando el agua de vez en cuando, se escurre se le quitan las espinas y se desmenuza en hebras.

Se pelan las patatas se cortan en paja y se confitan en aceite no muy caliente.

Se saltea la cebolla cortada en aros, cuando comience a ponerse blanca se añade el ajo, cuando pochen se añade el bacalao, la hoja de laurel y pimienta.

Cuando el bacalao cambie de color , se añaden las patatas confitadas se dejan dorar. Se baten los huevos ligeramente (sin pasarse el truco es que los huevos no estén muy batidos) y el perejil. Se deja cocer hasta que los huevos cuajen un poco a nuestro gusto. Se añaden las aceitunas por encima y pasado medio minuto se sirven los platos.

Esta receta la encontramos como bacalao a braz, bacallao al albero o incluso como bacalao a la portuguesa. Es sin duda uno de los platos que distinguen la cocina portuguesa

BACALAO DORADO CON NATA

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
seis huevos
tres cebollas
una cucharada de perejil
aceite*

*tres patatas
un vaso de aceitunas negras
dos dientes de ajo
medio vaso de nata líquida
una chispa de piri-piri y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao todo un día cambiando el agua de vez en cuando, se escurre se le quitan las espinas y se desmenuza en hebras.

Se pelan las patatas se cortan en paja y se fríen en aceite no muy caliente.

Se rehoga la cebolla cortada en aros, cuando comience a clarear se añade el ajo, cuando pochen se añade el bacalao, se adereza con una chispa de piri-piri y pimienta.

Cuando el bacalao amarillee, se añaden las patatas se dejan dorar. Se batan los huevos ligeramente (sin pasarse el truco es que los huevos no estén muy batidos) y el perejil, cuando comiencen a cuajar se añade la nata, se remueve con una cuchara de palo y se deja cocer hasta que cuaje, suficiente pero no demasiado. Se añaden las aceitunas por encima y pasado medio minuto se sirven los platos.

Receta de Carlos Grao de Belem (Portugal). Amelia Acosta también nos dio una receta similar

BACALAO EN BLANCO

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao fresco
un trozo de tallo de apio
una chalota pequeña*

*una zanahoria
una cucharada de perejil picado
tazón y medio de bechamel*

Preparación:

Se cuece el bacalao cinco minutos, se escurre, se limpia y se trocea en filetes pequeños. Se llevan a una fuente y se reservan al calor.

Se pican a cuchillo muy finas la zanahoria, el apio, la chalota y el perejil, se ligan con la bechamel y se riega el bacalao con la salsa, se espolvorea con queso rallado y mantequilla y se sirve.

Receta recogida en Isla Cristina. En Sabadell también encontramos esta receta

BACALAO EN AGUJAS FRITAS (FONDUE)

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
una cebolla
seis cucharadas de aceite de oliva
dos cucharadas de vinagre
estragón
una cucharada de zumo de naranja
dos huevos*

*nuez moscada, pimienta
una cucharada de perejil picado
dos vasos de aceite grueso
una hoja de laurel
la cáscara de media naranja
harina de freír pescado
pan rallado.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se limpia y se corta en tiras de medio dedo de grosor. Se lleva a una fuente honda y se adoba con aceite, vinagre, pimienta, nuez moscada, la cebolla cortada en aros, el perejil, la hoja de laurel, el estragón y la cáscara de naranja. Se deja marinar dos horas, se pasa por harina, por huevo batido, pan rallado y se fríe. Otra opción es preparar una pasta de tempura, y freír las agujas en una fondue mientras se consumen. Esta opción cambia el vinagre por zumo de limón en el adobo.

La primera opción es una variación de la receta de Ángel Muro, publicada en el Siglo XIX y la segunda opción es como las consumimos en casa

BACALAO EN CONCHA DE PEREGRINO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao en salazón
un vaso de leche
una cucharada de perejil picado
nuez moscada
un huevo*

*una cucharada de harina
dos cucharadas de mantequilla
unas setas
queso rallado
un limón, pan rallado.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante doce horas, se le da un hervor, se limpia se desmiga y se reserva. Con mantequilla, harina y leche se liga una salsa bechamel, que no quede muy clarita. Se añade el perejil picado, el bacalao, las setas troceadas, el huevo batido, se ralla la nuez moscada y una chispa de pimienta. Con la pasta se rellenan las conchas de peregrino. Se espolvorean de pan rallado, se les riega queso rallado y se coloca un garbanzo de mantequilla por concha; se llevan a un horno a 200 grados se gratinan cinco minutos y se sirven.

Se trata de una receta popular en la Costa de Huelva. Esta en concreto se la debemos a Carmelita Zamora

BACALAO EN CONCHA DE PEREGRINO

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro presas de bacalao en salazón
una zanahoria
un tomate
una cucharada de cilantro
ocho cucharadas de vino
tres cucharadas de aceite*

*ocho gambas
un pimiento
una cebolla
una cucharadita de piñones
un diente de ajo
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao teniéndolo en agua durante todo un día, el agua se le cambia varias veces. Se saca, se escurre, se seca con papel de cocina, se limpia, se le quitan las posibles espinas con una pinza y se desmenuza en hebras. Se reserva

En una sartén se rehogan la cebolla picada, el ajo picado, el tomate picado -pelado y sin pepitas-, el pimiento y los piñones. Una vez rehogados, se pasan por una batidora con el vino blanco, el aceite, sal y pimienta. Se obtiene una crema.

Se coloca las migas de bacalao en la concha untada con aceite, sobre ella se colocan la crema, dos gambas peladas, y se riega con cilantro.

Se lleva al horno como unos diez minutos hasta que este hecho el pescado, y se sirve.

Receta propia. Para saber si esta hecho el pescado, lo mejor es probar una chispita

BACALAO EN CREMA DE MARISCO

Ingredientes: (4 personas)

*Ciento cincuenta gramos de gambas peladas
dos cucharadas de puré de patata
una cebolla
aceite
harina de freír pescado*

*medio litro de caldo de pollo
media taza de nata
dos dientes de ajo
un kilo de bacalao fresco
sal y pimienta.*

Preparación:

Se calienta el caldo de pollo, se añaden las gambas peladas y se pasa por la trituradora. Se vuelve a la cazuela y se hierve un par de minutos, se añaden los copos de puré de patata. La nata, se remueve dejando espesar un poco y se reserva al calor.

Se limpia el bacalao, se trocea, se pasa por harina de freír pescado y se fríe, se reserva.

Se fríen la cebolla y los dientes de ajo, se les liga la crema de marisco y se traba una salsa, se riega el bacalao con ella, y se sirve acompañado de patatas cocidas

Receta familiar. Con poca cosa te resuelve una cena.

BACALAO EN LECHO DE PIMIENTOS ROJOS

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de pimientos rojos
un chorrito de aceite de oliva
sal y pimienta.*

*cuatro dientes de ajo
un paquete de bacalao ahumado*

Preparación:

Se lavan los pimientos, se embadurnan en aceite y se llevan al horno en una bandeja, para que asen a unos doscientos grados, se les da la vuelta cada diez minutos y se dejan asar como tres cuartos de hora.

Se retiran y se llevan a una fuente redonda y honda, se tapan para que suden, y se dejan enfriar. Una vez fríos se pelan, se les quitan las pepitas y se cortan en tiras relativamente finas. Se reservan en una fuente formando lecho.

En una sartén se rehogan los ajos cortados en laminas finitas, y cuando estén se les añade el caldo de sudar los pimientos, el esturión picado y sal. Se riega sobre los pimientos y se sirve.

Receta recogida en Villafranca del Penedes. En Isla Cristina tenemos un plato similar con

BACALAO EN PAPILOTE

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro filetes de bacalao en salazón
una zanahoria
champiñones
estragón*

*harina, cincuenta gramos de mantequilla
apio
una cebolla medianita
sal.*

Preparación:

Se desala el bacalao dándole varias aguas durante veinticuatro horas, se saca se escurre, se limpia y se corta en cuatro porciones. Se sazonan con sal y pimienta, se pasan por harina y se doran en una sartén con un pelin de mantequilla. Se reservan.

En la misma sartén con otra porción de mantequilla, se rehogan la cebolla picada, el apio cortado en tiritas finas, los champiñones en laminas y la zanahoria en rodajitas, todo muy finamente picado. Se salpimenta.

Se reparten las verduras en cuatro laminas de papel de aluminio, se colocan los filetes de pescado sobre ellas, y encima se coloca una porción de mantequilla. Se cierra el papel en caja y se lleva a horno medio quince. Se quita el papel, con cuidado y se sirve.

Forma de cocinar el pescado atribuida al cocinero del Papa León III para la coronación del Emperador Carlomagno. Realmente esta modificada al gusto y los ingredientes actuales.

BACALAO EN SALAZÓN AL HORNO

Ingredientes: (4 personas)

Una pieza de un kilo de bacalao *dos cebollas*
tocino fresco *medio vaso de aceite*
medio vaso de vino blanco.

Preparación:

Se desala la pieza de bacalao durante todo un día dándole varias aguas; si es necesario se le dan doce horas más. Se limpia, se le quitan las espinas visibles con unas pinzas y se lleva a una fuente refractaria, se le pica la cebolla y tocino en la misma cantidad en peso que las cebollas, se cubre el pescado se riega con medio vaso de aceite y medio vaso de vino blanco, se lleva al horno a 180 grados hasta que el pescado está hecho.

Se pica la salsa en la trituradora, se corta el pescado en porciones, se riega con la salsa y se sirve.

Receta de Jaime el Isla de Isla Cristina (Huelva)

BACALAO EN SALSA DE ANCHOAS

Ingredientes: (4 personas)

Medio kilo de filetitos de bacalao fresco *tres cucharadas de aceite*
media lata de filetes de anchoa *una cucharada de harina*
un limón *una cebolla*
una cucharada de perejil *sal y pimienta.*

Preparación:

Se calienta el aceite en una cazuela de barro, se espolvorea la harina, se deja dorar unos momentos y se añaden las anchoas. Se espolvorea el perejil picado, se agrega la cebolla picada, se mezcla y se sofríe unos minutos a fuego muy bajo, que no se quemé el perejil.

Se colocan las supremas y se rehoga tres minutos, se añade el vaso de agua, se remueve, se tapa la cazuela y se cuece media hora. Se añade el sumo de limón, se rectifica de sal y pimienta y se sirve en la misma olla.

Receta familiar

BACALAO EN SALSA DE GUACAMOLE CON ANCHOAS

Ingredientes: (4 personas)

*Ochocientos gramos de bacalao
una cebolla pequeña
un pimiento rojo
unas cucharadas de aceite
dos dientes de ajo
una cucharada de perejil*

*dos aguacates
un pimiento verde
dos limones
una lata de anchoas picadas
un tomate rojo
unas gotas de tabasco y sal.*

Preparación:

Se desala el bacalao todo un día dándole varias aguas, se corta en supremas y se emplata en una fuente o individualmente. Se reserva

Se hace un puré con el aguacate, se riega con zumo de limón para que no ennegrezca.

Se pican muy finos la cebolla, los pimientos, el tomate, las anchoas y el ajo. Se añaden al puré, se aliña con las gotas de tabasco, el aceite y sal. Se pasa por un pasapurés y se riegan las supremas con la salsa

Receta de Isabel García de Nuevo Portil – Cartaya (Huelva).

BACALAO EN SALSA DE HUEVO

Ingredientes. (4 personas)

*Cuatro filetes de lomo de bacalao
Mantequilla
Perejil
Aceite
guisantes cocidos*

*un vaso de leche
harina
un huevo
patatas fritas
nuez moscada y sal.*

Preparación:

Se desala el bacalao doce horas, se limpia, se reboza en harina de freír pescado, y se fríe en aceite. Se reserva.

Se derrite la mantequilla a fuego lento en un cazo, se añade la harina, se remueve con una cuchara de madera, para evitar que se formen grumos.

Se calienta la leche y se vierte poco a poco, mientras se remueve; se sazona con la nuez moscada y sal. Se añade el huevo batido, se remueve y se rocían los filetes de bacalao con la salsa. Se sirven con una guarnición de patatas fritas y guisantes.

Receta recogida en Minas de Riotinto.

BACALAO EN SALSA DE POLEO

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro supremas de bacalao en salazón
medio vaso de azúcar
aceite
una ramita de menta poleo
aguacate.*

*un vaso de vinagre
dos cucharadas de harina
un vaso de caldo de pescado
maíz*

Preparación:

Se desalan las supremas de bacalao doce horas cambiando el agua varias veces, se escurren, se secan, se limpian, se pasan por harina de freír pescado, y se fríen en aceite abundante. Se reservan en una fuente.

En un cazo, se hierva a fuego lento el vinagre, se añade un vaso de caldo de pescado y el azúcar. Se remueve para que no se pegue, y cuando espese a nuestro gusto, se añade la menta que previamente hemos molido muy fina, se sigue removiendo, se deja enfriar y se coloca en una salsera.

Se emplatan las supremas en platos individuales, con una guarnición de maíz y taquitos de aguacate. La salsa se riega a gusto.

Esta receta procede de Minas de Riotinto

BACALAO EN SALSA DE VINO TINTO

Ingredientes: (4 personas)

*250 gr de bacalao ahumado
una zanahoria
un trocito de apio
una cucharada de harina
laurel
unas gotas de tabasco*

*un vaso de vino de rioja
media cebolla
50 gr de jamón picado
un diente de ajo
tomillo
dos cucharadas de mantequilla.*

Preparación:

“Se corta el ahumado en lonchas muy finas, se emplata en una fuente y se reserva.

En una cazuela, se calienta la mantequilla, cuando este líquida, se fríen la zanahoria picada, la cebolla picada, el apio picado, se añade el jamón, la hoja de laurel, el tomillo y se condimenta como unos diez minutos, se añade el vino tinto, se deja que hierva y reduzca. Se añaden el ajo majado, las gotas de tabasco, la harina para que espese y se tritura.

Se riega el ahumado con la salsa, y se sirve.”

BACALAO EN SALSA ROJA

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao en salazón
dos cucharadas de manteca de cerdo
ocho trocitos de morcilla
una cucharada de perejil picado
una rebanada de miga de pan
una cebolla*

*cincuenta gramos de jamón
cuatro cucharadas de aceite
dos huevos duros
cuatro ñoras
una cucharadita de azúcar
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao todo un día dándole varios cambios de agua, se escurre, se limpia y se trocea en supremas pequeñas sin espinas.

Se hidratan las ñoras manteniéndolas en agua toda la noche.

En una cazuela de barro se fríen en cuatro cucharadas de aceite y dos cucharadas de manteca de cerdo, la cebolla picada, el jamón picado, el perejil picado, se salpimienta y cuando comience a dorar, se añade medio vaso de agua caliente y se deja hervir unos minutos; se pasa por el chino y se vuelve a la cazuela.

Se rallan las ñoras y se majan con la miga de pan, un chorrito de agua caliente, el huevo duro rallado, se salpimienta, se añade a la cazuela y se le da un hervor.

Se incorpora el bacalao, se cocina diez minutos, se adorna con los trozos de morcilla y se sirve.

Receta de Luisa Ríos de Huelva.

BACALAO EN SALSA VERDE

Ingredientes: (4 personas)

Un kilo de bacalao en salazón

una cebolla

un tallo de apio

dos cucharadas de perejil

un vaso de vino blanco

un limón

una zanahoria

dos hojas de laurel

medio vasito de aceite de oliva

sal y pimienta.

Preparación:

Se tiene el bacalao en remojo toda la noche, se saca, se escurre, se seca con papel de cocina, se limpia y se le quitan las espinas (si tiene) con una pinza. Se trocea y se reserva.

En una cazuela, se prepara un caldo con la última agua de desalar el bacalao, el vino blanco, la zanahoria picada, la cebolla, el apio, perejil, el laurel, el zumo de medio limón y pimienta.

Al caldo se le añaden presas de bacalao y se hierva como unos diez minutos.

Mientras hierva se prepara una salsa, en un bol con perejil picado, el zumo de medio limón, pimienta molida, sal y aceite. Se bate todo íntimamente, y se reserva.

Una vez cocido el pescado, se saca del caldo, se escurre, y se emplata en una fuente. Se riega con la salsa y se adorna con una ramita de perejil.

Esta receta, es como lo guisa Begoña Ibares de El Rompido (Huelva)

BACALAO EN SALSA

Ingredientes: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de bacalao fresco

dos cucharadas de harina de freír pescado

un chorrillo de nata

culantro

tres cucharadas de mantequilla

medio vasito de alcaparras

dos vasos de arroz blanco

sal y pimienta.

Preparación:

Se limpia el bacalao, se trocea en filetes, se pasa por harina de freír pescado y se fríen en mantequilla con un chorrillo de nata.

Se prepara una salsa cocinando en un vaso de agua y otro de vino, la cebolla picada, una hoja de laurel, sal y pimienta durante veinte minutos; se quita la hoja de laurel y se bate.

Se emplatan el arroz blanco, el bacalao, se riega con la salsa y se adorna con alcaparras y culantro picado.

Receta de Marina Hugarte de Torre del Campo (Jaén). Si al arroz blanco se le ligan unos guisantes y se saltea todo gana bastante

BACALAO ENCEBOLLADO

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro filetes de bacalao en salazón
dos dientes de ajo
perejil
una hoja de laurel
un vasito de vino blanco seco*

*un vasito de aceite de oliva
una cebolla
nuez moscada
puré de patatas
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante doce horas, se limpia, se escurre, se seca y se reserva. En recipiente aparte se fríen en aceite de oliva la cebolla cortada a rodajas y los ajos picados, se añaden los filetes de bacalao se le pica el perejil, se ralla la nuez moscada, se añaden la hoja de laurel, el vaso de vino y se salpimienta. Se cocina a fuego lento, hasta que la cebolla quede hecha, como unos veinte minutos. Se sirve caliente con puré de patatas.

Receta común. Esta es de Isabel Nuño de Lora del Rio (Sevilla)

BACALAO ENVUELTO

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao salado
dos cucharadas de pan rallado
dos cucharadas de aceite
un diente de ajo
dos galletas Maria
cuatro cucharadas de aceite de oliva*

*un limón
dos cucharadas de mantequilla
una cebolla grande
dos pimientos choriceros
un vasito de vino blanco
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante todo un día, se escurre, se seca, se limpia y se trocea en cuatro porciones alargadas. Se reserva un vaso del cambio de último agua. Se llevan las ñoras a un cuenco con agua caliente, se dejan que se hidraten. En una sartén con cuatro cucharadas de aceite de oliva, se doran la cebolla y el ajo picados. Se salpimienta y se agregan la pulpa rallada de las ñoras, la taza de caldo de pescado, las galletas y el vino. Se cuece diez minutos. Se pasa por el chino y se obtiene una salsa que se sirve en una salsera acompañando al pescado. Las porciones de bacalao se napan con pan rallado y aceite de oliva. Se envuelven en papel de aluminio untado con mantequilla, se cierra en caja y se llevan al horno a 200 grados cinco minutos. Se sirven individualmente en el mismo papel, con puré de patatas y la salsa.

Variedad de papillote recogida en Isla Cristina (Huelva)

BACALAO FRESCO A DOS SALSAS

Ingredientes: (4 personas)

*Ocho supremas de bacalao fresco
cincuenta gr. de aceitunas negras sin hueso
un huevo duro
dos cucharadas de perejil picado
una cucharada de harina de freír pescado*

*cincuenta gr. de aceitunas verdes sin hueso
dos dientes de ajo
una lata de filetes de anchoa
un vaso de aceite de oliva
sal y pimienta*

Preparación:

Se limpian las supremas, se pasan por harina, se sacuden y se fríen en aceite. Se reservan. Se trituran las aceitunas negras, un diente de ajo, una cucharada de perejil picado, un vasito de aceite en el vaso de la batidora, se añaden la mitad de las anchoas y el aceite de la lata, se vuelve a triturar se salpimienta y se sirve. Las anchoas restantes se reservan para adornar. Se trituran las aceitunas verdes, con un diente de ajo, una cucharada de perejil, un vasito de aceite y el huevo duro picado. Se napan la mitad de las supremas con una salsa, y la otra mitad con la otra salsa, se les ralla queso, se adornan una con anchoa, otras con aceituna y se gratina hasta que dore el queso.

Receta recogida en Punta umbria (Huelva). Se puede hacer con merluza, con rape etc

BACALAO FRESCO A LA ASTURIANA

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro rodajas de bacalao fresco
una cebolla
medio vaso de sidra
una hoja de laurel
pimentón*

*medio vaso de aceite
veinticuatro almendras
dos cucharadas de harina de freír pescado
una cuchara de perejil picado
sal y pimienta.*

Preparación:

Se hierven las rodajas de pescado en agua con sal y la hoja de laurel. Se sacan, se escurren y se reservan. Se abren las almejas con una chispa del caldo de cocer el bacalao, se les quita una valva o las dos; el caldo se cuele y se reserva. En una cazuela de barro apta para horno, se dora la cebolla, cuando comience a dorar se añaden la harina, el pimentón, el caldo de abrir las almejas, la sidra, se cuece a fuego muy bajo media hora para que reduzca un poco. Se añaden las rodajas de pescado y las almejas, se lleva al horno cinco minutos, se espolvorea con perejil o con culantro picado y se sirve el plato.

Plato familiar originario de Luarca (Asturias)

BACALAO FRESCO A LA BAVARA

Ingredientes: (4 personas)

*Una cola de bacalao fresco de un kilo
dos cebollas
cuatro patatas
una cucharada de perejil picado*

*dos cucharadas de harina de freír pescado
cuatro cucharadas de mantequilla
una cucharadita de mostaza
sal y pimienta.*

Preparación:

Se limpia la cola de bacalao, se le quitan las espinas y se trocea en dados, se salpimenta, se pasa por harina de freír pescado y se reserva.

En una sartén se calienta la mantequilla, se dora la cebolla, se añade la mostaza. Se pelan las patatas y se cortan en rodajas finas.

Se engrasa una fuente de horno con una chispita de mantequilla, se coloca una base de patatas en rodajas, se cubren con presitas de bacalao y se riegan con la cebolla, se repite la serie y se acaba con una capa de patatas.

Se lleva la fuente al horno a 150° tres cuartos de hora, se riega con perejil y se sirve.

Receta recogida en Punta Umbría en el Restaurante la Sombrilla.

BACALAO FRESCO A LA GALLEGA

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro rodajas de bacalao fresco
una cebolla
doce cucharadas de aceite
una cucharada de pimentón mitad y mitad
un paquete de espinacas*

*cuatro patatas
una cucharada de perejil
dos dientes de ajo
cuatro cucharadas de vinagre
sal y pimienta.*

Preparación:

Se cuecen las patatas diez minutos con un casco de cebolla, un casco de limón y sal.

Se limpia el bacalao, se lava, se escurre y se seca con papel de cocina. Se sazona y se lleva a la cazuela con las patatas y se cuece otros diez minutos.

Se rehogan los ajos, se espolvorea el pimentón y pasado un minuto se retira del fuego para que no amargue, se riega con el vinagre, se añade la cebolla se rehoga un par de minutos y se añaden las espinacas picadas y se cocinan hasta que estén hechas a nuestro gusto. Se sacan y se escurren.

Se emplatan individualmente una rodaja de bacalao, una patata troceada, y una porción de espinacas. Se añade un vasito de caldo a la salsa, se bate con una varilla y se riega el plato.

Receta recogida en Riotinto.

BACALAO FRESCO A LA INGLESA

Ingredientes: (4 personas)

Cuatro supremas de bacalao fresco

dos cucharadas de aceite

un tazón de miga de pan de molde asentada

un limón

mantequilla de mostaza

un huevo

dos cucharadas de mantequilla

dos cucharadas de harina de freír pescado

perejil

sal y pimienta.

Preparación:

Se lavan las supremas de bacalao, se escurren, se secan, se pasan por harina de freír pescado, se sacuden, se pasan por huevo batido, y por miga de pan de molde.

Se llevan a una sartén el aceite y la mantequilla, cuando funda y liguen, se echan las supremas y se fríen cinco minutos por cada lado.

Se sirven calientes y con un pegotito de mantequilla de mostaza, acompañadas de patata y verduras cocidas.

Receta familiar, procede de Riotinto.

BACALAO FRESCO A LA ITALIANA

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao en lonchitas
un vasito de aceitunas negras sin hueso
medio vaso de aceite
una cucharada de orégano
un diente de ajo
media lata pequeña de anchoas.*

*medio vaso de puré de tomate
tres cucharadas de agua
una cucharada de albahaca picada
una cebolla
un cuarto de kilo de orechiette*

Preparación:

El bacalao se lava, se escurre, se seca y se corta en lonchitas al bies con un cuchillo de jamón. Se llevan a una cazuela con agua y se cuecen sin que llegue a hervir, que se hagan pero no demasiado, con cinco minutos bastara. Se saca y se reserva al calor en una fuente.

En una sartén se rehogan el ajo y la cebolla, cuando doren, se añade el puré de tomate y tres cucharadas de agua, se salpimenta y se cocina a fuego lento tres cuartos de hora, se le espolvorean la albahaca y el orégano, se añaden las anchoas majadas con su aceite y se vierte sobre el bacalao.

Se adorna la fuente con las aceitunas formando corona por el borde y se lleva al horno unos diez minutos.

Mientras se hace el bacalao al horno, se cuecen los orechiette siguiendo las instrucciones del fabricante impresas en el paquete, se sacan se escurren y se sirven en una ensaladera con el bacalao como acompañamiento/salsa aparte.

Esta receta proviene de la Abuela Maria y debe tener cerca de cien años. Se puede hacer con cualquier pasta corta, aunque con orechiette es como queda mejor

BACALAO FRESCO A LA PORTUGUESA

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao fresco
un puerro
dos dientes de ajo
medio kilo de patatas
aceite*

*dos cebollas
una cucharada de tomillo molido
anises
dos gotas de aguardiente seco
sal y pimienta.*

Preparación:

En una cazuela de barro con tres cucharadas de aceite se saltea la cebolla picada, se añaden el puerro en aros, el tomillo molido, el ajo machacado junto a los granos de anís, y el tomate picado; se rehoga tres minutos y se añaden las dos gotas de aguardiente.

Se pelan las patatas, se cortan en dados pequeños, se salpimientan se añaden al guiso y se cocinan media hora. Se colocan los filetes de bacalao encima del guiso, se tapa y se vuelve al fuego, cuando este hecho a nuestro gusto (entre cinco y diez minutos) se sirve.

Receta de Chantall Regas de Francia.

BACALAO FRESCO A LA PROVENZAL

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao
cuatro dientes de ajo
cuatro tomates
una rama de tomillo
cuatro cucharadas de aceite
sal y pimienta.*

*medio vaso de aceitunas negras
cuatro cebollas
dos cucharadas de perejil
una hoja de laurel
un vaso de vino blanco*

Preparación:

Se limpia el bacalao, se le quitan la piel y las espinas, se corta en dados y se reserva.

En una cazuela de barro con aceite se dora la cebolla picada, se le añade el vino, el tomate pelado y sin pepitas, el perejil, el laurel, el tomillo, se salpimienta y se cocina un cuarto de hora.

Se retiran el laurel y el tomillo, se añade el bacalao, se colocan las aceitunas formando corona en el borde interior de la cazuela y se lleva al horno veinte minutos.

Se espolvorea con perejil, se deja reposar unos minutos y se sirve en la misma olla de barro.

Receta familiar.

BACALAO FRESCO A LA SIDRA

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro supremas de bacalao fresco
medio vaso de sidra
una cebolla
una cucharada de perejil picado*

*una lata de guisantes
cinco cucharadas de aceite
dos dientes de ajo
sal y pimienta.*

Preparación:

En una fuente de barro con aceite se dora la cebolla, cuando blanquee se le añade el ajo picado, el perejil, se rehoga cinco minutos, se añaden las supremas de bacalao, se salpimenta, se rehoga cinco minutos, se riega con la sidra, se añaden los guisantes, se cuece diez minutos y se sirve en la misma cazuela de barro.

Receta familiar.

BACALAO A LA VASCA

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro supremas de bacalao fresco
un vaso de chirlas
una lata pequeña de guisantes
cuatro espárragos
harina de freír pescado*

*seis cucharadas de aceite
dos cucharadas de perejil picado
dos huevos duros
cuatro dientes de ajo
sal y pimienta.*

Preparación:

Se saltean en una cazuela de barro con aceite los ajos picados, se salpimenta. Se pasan las supremas de bacalao por harina de freír pescado y se doran por ambos lados, se añaden las chirlas y un chorrito de agua.

Se le da un hervor, se añaden los guisantes, se espolvorea con perejil picado y se cocina hasta que ablanden los guisantes, se adorna con rodajas de huevo duro y los espárragos.

Receta de Maria del Carmen Rodríguez Antonia del Restaurante Estadio de Ayamonte (Huelva)

BACALAO FRESCO A LA VINAGRETA

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao fresco en cuatro supremas dos ramitas de romero
un vaso de aceite tres cucharadas de vinagre
una zanahoria un tallo de apio
un pepinillo una cucharada de perejil.*

Preparación:

Se prepara una vinagreta con nueve cucharadas de aceite, tres de vinagre, se pica la zanahoria y la rama de apio, se pasan por el turmix y se liga con la vinagreta. Se deja reposar doce horas para que tomen sabor.

Se pincelan las supremas con aceite y se hacen a la plancha con la piel hacia abajo, una vez hechas se emplatan, se cubren con una cucharadita de la liga de vinagreta y se acompañan de patatas cocidas.

Receta recogida en Isla Cristina. Esta receta tiene variantes sobre todo en la elaboración de la vinagreta, pueden incluir mostaza, huevo duro etc

BACALAO FRESCO AL COÑAC

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro supremas de bacalao fresco dos zanahorias
una cebolla un vaso de tomate frito
una hoja de laurel medio vaso de coñac
un limón y sal.*

Preparación:

Se pican las cebollas y las zanahorias, se cuecen en poco agua a fuego bajo, se añaden la hoja de laurel, el coñac y el tomate frito. Cuando rompa a hervir, se añaden las supremas de merluza, se salpimenta y se riega con el zumo del limón. Se deja cocer a fuego lento cinco minutos, se riega con perejil y se sirve.

Receta adaptada de una del Restaurante Asturiano de la Zona Retiro en Madrid

BACALAO FRESCO AL ESTILO DE CRUZ

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao
medio litro de aceite
dos puerros
seis tomates, azúcar*

*dos pimientos rojos asados
cabeza y media de ajo
una cebolla
sal y pimienta.*

Preparación:

“Se limpia el bacalao, se le quita la espina central y se mete en sal como si fuese una dorada. Se tiene dos horas. Se quita la sal, si hace falta se le da un agua para que se elimine toda. En una sartén se fríen los ajos pelados y cortados en laminas, cuando doren se riega el bacalao con el aceite y los ajos, se lleva al horno a 180° y se hornea media hora. En sartén aparte se hace un refrito con la cebolla, los puerros cortados en juliana, el tomate rallado y sin pepitas, una cucharadita de azúcar y otra de sal. Cuando este hecho el bacalao, se saca se corta en laminas muy finas y se emplata en una fuente. El aceite de la cochura con el jugo del bacalao se añade al refrito, se liga y se riegan con él las laminas de bacalao, se adorna con tiras de pimiento asado y se sirve”

Receta recogida en Murcia

BACALAO FRESCO AL HINOJO

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro filetes de bacalao fresco
dos cebollas
cuatro cucharadas de aceite
sal y pimienta.*

*dos bulbos de hinojo
media naranja
un vasito de vino*

Preparación:

Se limpia el bacalao, se corta en cuatro filetes de unos doscientos gramos cada uno y se reservan.

Se limpian los bulbos de hinojo, se pican en juliana, se pela la cebolla y se corta en aros. Se llevan a una olla de barro apta para horno y se doran en dos cucharadas de aceite, cuando comiencen a pochar se añade un vaso de agua, se salpimenta y se cuece veinte minutos. Se colocan los filetes de pescado con la piel hacia abajo.

En un cacillo, se ralla la piel de la naranja, se riega con el zumo, se añade el vino y agua hasta completar un vaso, se añaden dos cucharadas de aceite, se bate con una varilla y se riega el pescado con la liga.

Se introduce la olla en el horno a 180° durante un cuarto de hora, se saca y se sirve en la misma olla de barro. Se acompaña con patata, zanahoria y judías verdes cocidas.

BACALAO FRESCO AL HORNO

Ingredientes: (4 personas)

*Un bacalao fresco de un kilo
una cabeza de ajo
una patata, medio vaso de vino blanco
un limón
perejil*

*tres cebollas
una hoja de laurel
medio vasito de aceite de oliva
un clavo de especia
sal y pimienta.*

Preparación:

Se limpia el bacalao de escamas, aletas y entrañas. Se unta en aceite, se salpimenta en la abertura ventral y se reserva.

En una fuente se colocan las patatas peladas y cortadas en rodajas, la cebolla cortada en rodajas, sobre ellos el bacalao, la hoja de laurel, el ajo picado, el zumo del limón, el clavo pinchado en un trozo de limón (para poder quitarlo al acabar), el perejil picado, el aceite, se salpimenta y finalmente se riega con el vino blanco.

Se coloca en un horno medio, regándose de vez en cuando con la salsa, si esta reduce mucho, se le añade un pelin de agua, pero no va a ser necesario.

Se sirve caliente con patatas francesas cocidas.

Receta común. Es un plato poco corriente pero delicioso.

BACALAO FRESCO AL HORNO II

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro supremas de bacalao fresco
dos cebollas
tres huevos
pan rallado*

*seis cucharadas de mantequilla
medio kilo de patatas
un vaso de leche
sal y pimienta.*

Preparación:

Se colocan los filetes entre dos hojas de plástico y se reducen de espesor a golpes.

Se funden tres cucharadas de mantequilla y se fríe la cebolla picada diez minutos hasta que dore. Se cuecen las patatas en agua con sal veinte minutos, se cortan en rodajas muy finas.

Se unta una fuente con mantequilla, se coloca el bacalao, encima las patatas, encima la cebolla, se repite la serie. Se baten los huevos, se salpimentan, se añade la crema de leche, se vierte sobre la fuente, se espolvorea con pan rallado, se lleva al horno quince minutos y se sirve.

Receta recogida en Isla Cristina. Parece una tontería el reducir el espesor de las supremas, pero realmente es útil para reducir el tiempo de horneado.

BACALAO FRESCO AL OLOROSO

Ingredientes: (4 personas)

*Una pieza de bacalao de un kilo
guindilla
una hoja de laurel*

*un puerro
una cucharada de harina
un vasito de oloroso, aceite, tomillo, sal y pimienta.*

Preparación:

Se limpia el puerro, se lava, se escurre y se corta en juliana. Se lleva a una cazuela de barro con aceite y cuando comienza a rehogar, se añaden el laurel, la guindilla y el tomillo en rama.

Cuando dore, se añade una cucharada de harina, se deja tostar una chispita, se añade una copa de oloroso y se deja que tome cuerpo la salsa.

Se limpia el bacalao, se trocea y se dora con aceite en sartén aparte, se añade a la cazuela con la salsa, se deja cocinar unos minutos y se sirve.

Esta receta nos la dio una señora en el bar de Pepin en Isla Cristina.

BACALAO FRESCO AL VAPOR

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro filetes de bacalao de ración
tres cucharadas de aceite de oliva grueso
una cebollita
dos pimientos rojos
sal y pimienta.*

*medio kilo de patatitas francesas
un limón
una cucharada de perejil picado
un vaso de caldo de pescado (medio cubito)*

Preparación:

Se asan los pimientos al horno, se dejan sudar, se pelan, se cortan a tiras y se reservan. El caldo se cuele y se reserva.

Se pelan las patatitas, se limpia el pescado y se lleva a una cazuela el caldo de pescado. Cuando el caldo comienza a hervir. Se añaden las patatitas, el pescado y se deja cocer un cuarto de hora.

En una sartén con aceite se saltean las tiras de pimiento asado, se añaden a la cazuela junto con el caldo de asar los pimientos. Se le da un hervor, se salpimenta y se sirve.

Receta de Sonia Hanss de Ecija (Sevilla)

BACALAO FRESCO CON PIMIENTOS

Ingredientes: (4 personas)

<i>Ocho rodajas de bacalao</i>	<i>un huevo</i>
<i>dos cucharadas de harina de freír pescado</i>	<i>doce pimientos de freír</i>
<i>cuatro dientes de ajo</i>	<i>piripiri (opcional)</i>
<i>tres cuartos de vaso de aceite</i>	<i>sal.</i>

Preparación:

Se rebozan las rodajas de bacalao en harina de freír pescado y huevo batido, se fríen en fuego muy fuerte. Cuando doren se sacan y se reservan, que el pescado se haga con el calor residual. Se fríen los ajos en el aceite, se fríen los pimientos y se llevan a una fuente, se espolvorean con sal y se emplatan dos rodajas de pescado y tres pimientos.

Receta recogida en la Feria de Sevilla de 2005

BACALAO FRESCO CON TOMATE

Ingredientes: (4 personas)

<i>Un kilo de bacalao fresco en trozos gruesos</i>	<i>750 grs de tomates maduros</i>
<i>una cabeza de ajos</i>	<i>una cucharadita de azúcar</i>
<i>una cebolla mediana</i>	<i>aceite de oliva para freír</i>
<i>sal y pimienta.</i>	

Preparación:

Se limpia el bacalao de cabeza, aletas, espinas y entrañas. Se corta en trozos gruesos. Se pelan los tomates y se eliminan las pepitas. En una sartén se fríe la cebolla en un poco de aceite a fuego muy lento. Se añaden los tomates picados se salpimienta y se cuece unos minutos. Se añade el azúcar. Se pelan los ajos y se llevan a una sartén con aceite, se cocinan a fuego muy bajo. Se llevan a un almirez se reducen a pasta y se ligan con aceite hasta obtener un ali-oli muy ligero. Se fríe el bacalao en una sartén con aceite. Se lleva a una cazuela de barro la salsa de tomate, se coloca sobre ella el bacalao frito. Se cubre con el ali-oli y se sirve muy caliente.

Receta adaptada de una del Libro Recetario de la Cocina Isleña de José Antonio Zaiño Goye. En Gibraleon (Huelva) nos dieron una receta similar.

BACALAO FRESCO EN SALSA DE CÍTRICOS

Ingredientes: (4 personas)

Cuatro supremas de bacalao

tres cucharadas de zumo de naranja

harina de freír pescado

sal y pimienta.

dos cucharadas de zumo de limón

dos dientes de ajo

seis cucharadas de aceite

Preparación:

Se limpian las supremas y se pasan por harina de freír pescado. En una cazuela de barro, se confitan en aceite a fuego muy bajo los ajos, se añaden las supremas, se sube el fuego y se fríen dos minutos por cada lado. Se riegan con el zumo de los cítricos y un vasito de agua, se cuece tres minutos por un lado y dos por el otro.

Se sirven en la misma fuente.

Antigua receta familiar, su origen cercano esta en Riotinto pero no conocemos realmente su procedencia anterior.

BACALAO FRESCO EN SALSA DE TOMATE

Ingredientes: (4 personas)

Un kilo de filetes de bacalao

dos cebollas

un cuarto de kilo de setas del tiempo

un vaso de vino blanco

un yogur

sal y pimienta.

un limón

tres cucharadas de mantequilla

un vaso de agua

dos cucharadas de harina fina

dos cucharadas de culantro

Preparación:

Se lavan los filetes, se escurren, se secan, se salpimientan y se llevan a una fuente. Se riegan con zumo de limón y se marinan un par de horas.

Se pela la cebolla, se corta en rodajitas, se frie en la mantequilla, cuando doren se añaden las setas cortadas en rodajas, se remueve, se añade el pescado, se cocina cinco minutos.

Se riega con el agua y el vino, se cuece media hora. Se sacan los filetes de pescado. Se añade la harina desleída en un poco de agua, se le dan unas vueltas y se cuece diez minutos, se añade la nata, el azúcar, se salpimienta y se cuece dos minutos. se pasa por la batidora y se riegan los filetes con la salsa resultante.

Se puede preparar con halibut, reo rosada etc. Recogida en Sabadell.

BACALAO FRESCO GRATINADO

Ingredientes: (4 personas)

*Ocho supremas de bacalao
dieciséis lonchas de bacón
medio vaso de nata fresca
una cucharada de perejil
una hoja de laurel*

*tres cuartos de kilo de patatas
cinco cucharadas de mantequilla
cuatro cebollas
una cucharada de cebollino picado
sal y pimienta.*

Preparación:

En una fuente de horno engrasada, se coloca el laurel, un lecho de patatas paja, se cubre con rodajas de cebolla cortada muy fina, se colocan las supremas, el bacón otra capa de cebolla picada, se cubre con patatas paja, se riega con la nata, se esparcen unos trocitos de mantequilla por encima y se lleva al horno hasta que estén hechas las patatas a nuestro gusto, se gratina cinco minutos y se sirve.

Receta familiar

BACALAO FRESCO RELLENO CON SALSAS DE TOMATE

Ingredientes: (4 personas)

*Una cola de bacalao fresco de un kilo
ciento cincuenta gramos de champiñones
dos lonchas de jamón
una copa de vino blanco
una cucharada de perejil picado
sal y pimienta.*

*un cuarto de kilo de gambas
un huevo
cuatro cucharadas de pan rallado
medio vaso de vino
una patata*

Preparación:

Se limpia la cola del bacalao, se abre y se le quita la espina central. Se reserva.

En una sartén con aceite, se fríen el jamón picado, las gambas picadas, los champiñones picados, el pan rallado, se riega con la leche y se liga una pasta; se le añade el huevo batido, una cucharada de vino, se salpimenta y se le ralla nuez moscada.

Con esta pasta se rellena la cola de pescado, se embrida u se lleva al horno sobre una base de patatas cortadas en paja y fritas, se riega con el aceite y el vino, se hornea a 180° un cuarto de hora, se riega con puré de tomate y se sirve.

Receta recogida en Nerva (Huelva)

BACALAO FRESCO Y GURUMELOS

Ingredientes: (4 personas)

*Ocho rodajas de bacalao
una cucharada de perejil
dos dientes de ajo
dos pimientos de piquillo*

*un cuarto de kilo de gurumelos
un limón, aceite
un vasito de vino
sal y pimienta.*

Preparación:

Se lavan los gurumelos, se limpian y se cortan en laminas, se salten en una cazuela de barro con los ajos y el perejil. Se cuecen a fuego lento unos minutos, se salpimientan.

Se añaden las rodajas de bacalao, se riegan con el vino y se cuecen a fuego muy bajo un cuarto de hora. Se rocía con el zumo de limón, se adorna con los pimientos de piquillo y se sirve.

Receta recogida en la desaparecida Chozza en Punta Umbría.

BACALAO FRITO CON TOMATE Y CEBOLLA

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao en salazón
tres tomates
harina de freír pescad*

*una cebolla grande
aceite
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas cambiando el agua varias veces. Se escurre, se pasa por harina y se fríe en aceite.

Se saltea la cebolla, cuando blanquea se ralla el tomate, cuando pierde el agua que suelta el tomate, se añade el bacalao, se salpimienta, se le dan unas vueltas y se sirve.

Receta común.

BACALAO FRITO

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao
dos huevos*

*harina de freír pescado
aceite y pimienta.*

Preparación:

Se deja el bacalao en agua durante todo un día, se le cambia varias veces y se saca, se escurre, se seca con papel de cocina y se sazona solo con una chispita de pimienta que la sal ya la trae él de por sí.

Se pasa por harina de freír pescado, se sacude y se pasa por huevo batido. Se lleva a una sartén con el aceite muy caliente y se fríe.

Se sirve acompañado de ensalada de lechuga en España o con verduras cocidas en Portugal.

Receta común.

BACALAO GRATINADO A LA CAMPERA

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro supremas de bacalao en salazón
aceite
un vasito de nata montada
cuatro tomates
ocho espárragos
sal y pimienta.*

*dos dientes de ajo
un vaso de mayonesa
media cebolla
una cucharadita de azúcar
harina de freír pescado*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas. Se escurre, se seca, se pasa por harina y se fríe. Se cuele el aceite, se doran los ajos y se prepara una muselina con los ajos, la mayonesa y nata.

Se pica la cebolla a cuchillo, se le rallan los tomates pelados y sin pepitas, se añade el azúcar, se salpimenta y se liga.

Se emplatan individualmente una suprema, dos espárragos, se riega con la salsa muselina y se acompaña con el tomate.

Receta recogida en Isla Cristina (Huelva)

BACALAO GRATINADO EN SALSA DE PIMIENTOS

Ingredientes: (4 personas)

Un kilo de bacalao

aceite

una lata de pimientos de piquillo

dos yemas de huevo

dos dientes de ajo

sal y pimienta.

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas dándole varias aguas, se escurre, se limpia y se corta en cuatro porciones.

En una salten con aceite se fríen los ajos enteros. Se saltea el bacalao con la piel hacia arriba. Se cuele el aceite y se monta una salsa con las dos yemas de huevo, se añaden los ajos fritos, los pimientos de piquillo y se tritura en el turmix.

Se emplata el bacalao, se riega con la salsa y se acompaña con guarnición de verdura.

Receta recogida en Nuevo Portil (Huelva)

BACALAO GUERRERO

Ingredientes: (4 personas)

Un kilo de bacalao fresco

un kilo de cebolla

diez dientes de ajo

cien gramos de mantequilla

medio kilo de tomate

unas guindillas

cien gramos de pan

vinagre y sal

Preparación:

Se cuece el bacalao en agua fresca un cuarto de hora. Se escurre, se limpia y se deshace en laminas. Se reserva.

Se pican el tomate, la cebolla, los chiles y el ajo. Se rehogan con la mantequilla y se reserva.

Se emplata en una cazuela de barro una base del sofrito, sobre ella el bacalao en laminas, se cubre con sofrito, otra capa de bacalao, otra mas fina de sofrito, se cubre con la miga de pan desmigado y se lleva a fuego muy bajo media hora.

Receta de Nieves Valero de camas (Sevilla). La receta original lleva mas guindilla y si se riega con vino o con nata antes de llevar al fuego mejora

BACALAO GUISADO A LA ANTIGUA

Ingredientes: (4 personas)

<i>Medio kilo de bacalao en salazón</i>	<i>aceite</i>
<i>dos patatas</i>	<i>tres dientes de ajo</i>
<i>dos cucharadas pan rallado</i>	<i>clavo</i>
<i>harina de freír pescado</i>	<i>sal y pimienta.</i>

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, cambiando el agua varias veces, se limpia se le eliminan las espinas y se blanquea dos minutos para que ablande. Se corta en supremas pequeñas, se pasa por harina de freír pescado, y se dora un par de minutos.

En sartén aparte con aceite, se doran los ajos laminados. Se reservan.

En una cazuela con agua, se cuecen las patatas un cuarto de hora, se añaden las presas de bacalao, los ajos con el aceite, el clavo molido, se espolvorea con el pan rallado, se deja cocer cinco minutos y se sirve.

Receta recogida en Espartinas.

BACALAO GUISADO AL ESTILO DE HUELVA

Ingredientes: (4 personas)

<i>Cuatro supremas de bacalao en salazón</i>	<i>aceite</i>
<i>dos cebollas</i>	<i>dos ajos</i>
<i>dos hebras de azafrán</i>	<i>una hoja de laurel</i>
<i>un casco de limón</i>	<i>cuatro cucharadas de vino blanco</i>
<i>sal y pimienta.</i>	

Preparación:

Se desala el bacalao doce horas, se cuece diez minutos, se limpia, se corta en filetitos y se reservan.

Se saltean en aceite la cebolla picada, el ajo, el azafrán, cuatro cucharadas de vino blanco, se salpimienta y se pasa por el almirez. Se vuelve a la sartén.

Se emplata el bacalao, se riega con la salsa y se sirve.

Receta adaptada de una de Ángel Muro.

BACALAO GUISADO CON GAMBAS

Ingredientes: (4 personas)

<i>Cuatro filetes de bacalao fresco sin espinas</i>	<i>veinte gambas</i>
<i>un pimiento rojo</i>	<i>una cucharada de perejil</i>
<i>dos dientes de ajo</i>	<i>un vaso de vino blanco</i>
<i>ocho cucharadas de aceite</i>	<i>medio vaso de tomate frito</i>
<i>una cucharada de harina de freír pescado</i>	<i>sal y pimienta.</i>

Preparación:

Se pasan por harina de freír pescado los filetes de bacalao, se doran y se reservan.
Se pelan las gambas, se pasan por harina de freír pescado, se doran y se reservan.
En un almirez se majan los ajos, el perejil, se salpimenta y se añade un chorrito de aceite.
Se cuele el aceite de la sartén, se fríe el pimiento cortado en rodajas, se añade el bacalao, se riega con el vino y se cuece a fuego bajo un cuarto de hora, se añade el majado y se continua la cochura otros quince minutos, se añaden las gambas, se cuece un par de minutos y se sirve.

Receta de Maria del Carmen Fernández de Ayamonte

BACALAO GUISADO

Ingredientes: (4 personas)

<i>Tres cuartos de kilo de bacalao</i>	<i>harina de freír pescado</i>
<i>dos cucharadas de perejil</i>	<i>una cebolla</i>
<i>dos hebras de azafrán</i>	<i>una cucharadita de cominos molidos</i>
<i>una cucharadita de albahaca picada</i>	<i>una hoja de laurel</i>
<i>aceite</i>	<i>un vaso de caldo de pescado</i>
<i>sal y pimienta.</i>	

Preparación:

Se desala el bacalao dándole varias aguas durante veinticuatro horas, se saca, se escurre, se limpia, se seca, se pasa por harina y se fríe en aceite; que dore por ambos lados.
En una cazuela de barro se saltea la cebolla picada, cuando dore, se añade el bacalao, el perejil y el caldo de pescado. Se deja cocinar hasta que el caldo reduzca a la mitad. Se especia, se rectifica de sal y pimienta, se añade el zumo de un limón, se le dan dos minutos mas de cochura y se sirve.

Receta común.

BACALAO MARINADO A LA SICILIANA

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao
un manojo grande de perejil
dos guindillas*

*cuatro dientes de ajo
aceite
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas, se escalda unos minutos hasta que produce espuma al romper a hervir. Se escurre, se corta en supremas y se lleva a una fuente, se cubre de perejil picado, se pican las dos guindillas, y se riega aceite hasta cubrir. Se marina seis horas.

Se sacan las supremas, se asan a la parrilla unos veinte minutos dándoles varias veces la vuelta y regando con el liquido de la marinada.

Se sirven con el caldo de la marinada en una salsa.

Antigua receta siciliana del recetario de la Tía Maria Luisa.

BACALAO MARINADO CON CLAVO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao en salazón
medio limón
seis clavos de olor
media lechuga
medio vaso de vino blanco
perejil*

*dos dientes de ajo
una hoja de laurel
un vasito de aceite
tres cucharadas de vinagre de manzana
medio vaso de agua
sal y pimienta.*

Preparación:

El bacalao se lleva a una cazuela con agua, se cuece con el medio limón y la hoja de laurel. Pasados cinco minutos, se retira, se enfría, se limpia y se filetea.

Se pochan los ajos en aceite, se dejan enfriar y se llevan a la trituradora se batan los ajos con el aceite, el vinagre, el perejil, el vino y el agua, se salpimenta, y cuando este hecha una salsa, se riegan con ella los trozos de bacalao, se añaden los clavos y se dejan marinar como dos o tres horas y se sirven emplatados sobre hojas de lechuga.

Receta de Paco Osuna de Nerva (Huelva)

BACALAO MARINADO EN ACEITE

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao
media lata de aceitunas negras
una naranja
azúcar
clavos*

*tres cucharadas de piñones
cuatro cucharadas de aceite
cebollinos
eneldo
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao ocho horas dejándole un punto se sal. Se marina en aceite durante dos horas.

Se fríen los piñones dorándolos unos minutos en aceite.

Se trituran las aceitunas con zumo de naranja y aceite. Se traba una salsa no demasiado espesa.

Se emplata el bacalao, se napa con la salsa y se espolvorean los piñones.

Receta recogida en Isla Cristina

BACALAO MARINADO EN PAPILOTE

Ingredientes: (6 personas)

*La cola de un bacalao de kilo y medio
un kilo de azúcar
eneldo*

*un kilo de sal fina
jengibre
pimienta.*

Preparación:

Se limpia el bacalao, se le quitan las espinas y la raspa central, se espolvorea con eneldo picado, se le ralla jengibre y se cierra.

Se ligan el azúcar y la sal, se lleva una cantidad de la liga sobre un papel de estaño, se coloca el bacalao, se cubre con el resto de la liga, se aprieta y se cierra en papillote.

Se lleva a la nevera y se deja marinar entre tres y cinco días, dependiendo del grado de maceración que se desee y del peso de la pieza.

Se saca, se corta en lonchas con un cuchillo de jamón y se sirve.

Receta de Paco Osuna de Nerva (Huelva)

“BACALAO MIGAO”

Ingredientes: (4 personas)

*Un cuarto de kilo de bacalao
dos puerros
pan “seantao”*

*medio kilo de tomates
medio vaso de aceite
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao doce horas, se limpia, se desmiga y se reserva.

Se corta la parte blanca de los puerros en juliana, se pican los tomates (pelados y sin pepitas), se desmiga el pan. Se ligan las migas de bacalao y se riega con el aceite, se salpimenta y se liga.

Se consume fresco acompañado de un ponche de melocotón fresquito.

Receta cortijera de la Sierra de Huelva. Nosotros lo hemos comido en el Manzano y el punto esta en el pan. Tiene que ser de hogaza asentada.

BACALAO MONTECARLO

Ingredientes: (4 personas)

*Ocho rodajas de cola de bacalao fresco
dos limones
medio vaso de aceite
dos cucharadas de pan rallado*

*cuatro cucharadas de mantequilla
un huevo duro
un huevo fresco
unas alcaparras.*

Preparación:

Se pasan las rodajas de pescado por huevo batido y pan rallado, se fríen en aceite, se dejan escurrir y se colocan sobre papel de estraza que chupe el aceite.

Se lleva la mantequilla con una chispa de aceite a un cacillo, y se derrite sin que rompa a hervir.

Se emplatan las rodajas de bacalao, se coloca sobre ellas una rodaja de limón cortada muy fina, una rodaja de huevo duro, se espolvorea con perejil picado y se riegan con la mantequilla fundida, se adornan con una alcaparra y se sirven.

Receta recogida en nuevo Portil – Cartaya (Huelva)

BACALAO MONTOLIU

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao en salazón
un vaso de aceite
una rebanada de pan frito
un cuarto de kilo de guisantes*

*un manojo de cebollas tiernas
cuatro dientes de ajo
una cucharada de harina
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas, se escurre, se limpia y se desmiga.

En una cazuela de barro se rehogan las cebollas tiernas picadas, cuando se comience a dorar, se añade la harina, un vaso de agua, se salpimenta y se agregan los guisantes; se cuece a fuego lento hora y cuarto, se añade el bacalao; se majan el pan frito, los ajos y el perejil, se agrega el majado, se cuece un cuarto de horas y se sirve.

Receta recogida en Castellar del Valles (Barcelona)

BACALAO NAVALMORAL

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao fresco
dos vasos de falso ali-oli.*

un litro de caldo de pescado

Preparación:

Se limpia el bacalao y se cuece en el caldo de pescado un cuarto de hora. Se saca el secado, se escurre, se filetea en supremas y se reserva.

Se liga el caldo de cocer el bacalao con el falso ali-oli, se lleva a fuego muy bajo y se reduce. Se emplata un picatoste, sobre él una suprema de bacalao, se riega con el caldo reducido y se sirve.

Esta receta proviene de un Restaurante de carretera en Navalmoral de la Mata. Nos gusto y la incorporamos al recetario familiar. Algunas veces se le pone también huevo duro.

BACALAO PEPIN

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao fresco
medio vaso de aceite
una copa de vino manzanilla*

*dos cucharadas de harina de freír pescado
un kilo de cebolla
sal y pimienta.*

Preparación:

En una cazuela de barro se pocha la cebolla cortada en laminas.
Se corta el bacalao en trozos pequeños, se pasa por harina de freír pescado, se fríe y se coloca sobre la cebolla, se riega con el vino, se deja cocer cinco minutos hasta que reduzca el vino.
Se adorna con tiritas de pimientos rojos asados y perejil picado.

Receta de Isabel del Carmen, Bar Pepin de Isla Cristina (Huelva)

BACALAO PORTUGUÉS

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao fresco
un pimiento rojo
un vaso de vino blanco
dos cucharadas de harina de freír pescado*

*dos cebollas
un pimiento verde
un cuarto de vaso de aceite
sal y pimienta.*

Preparación:

Se trocea el bacalao en supremas, se pasan por harina de freír pescado y se fríen en aceite por ambos lados.
Se doran la cebolla y el pimiento, se añade el vino y se lleva al fuego veinte minutos.
Se llevan las supremas a una fuente, se riegan con la salsa se introducen en el horno a 180° un cuarto de hora y se sirve.

Receta recogida en Isla Cristina en el Chiringuito El Portugués

BACALAO PROVENZAL

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao
una cebolla
un diente de ajo
una cucharada de perejil picado*

*medio vaso de aceite
tres tomates
un vaso de aceitunas negras sin hueso
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao dándole varias aguas durante doce horas, se limpia, se trocea en supremas pequeñas y se blanquea un cuarto de hora sin que llegue a hervir el agua.

En una cazuela de barro se saltea la cebolla picada, cuando blanquea se le añade el ajo picado y pasados un par de minutos se le ralla el tomate pelado y sin pepitas. Se deja reducir a fuego muy bajo hasta que se elimine el agua que suelta el tomate, se salpimenta, se añaden las aceitunas, el bacalao y se cuece a fuego lento diez minutos. Se espolvorea con perejil picado a cuchillo, se deja reposar un par de minutos y se sirve en la misma cazuela de barro.

Receta de Mónica Rodríguez de Sabadell (Barcelona)

BACALAO RÁPIDO

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao en salazón
aceite de oliva
tres huevos duros
sal y pimienta*

*harina de freír pescado
un limón
perejil*

Preparación:

Se escalda el bacalao en agua hirviendo hasta que suelte la espuma y ablande. Se escurre, se limpia, se le quitan las espinas, se trocea, se seca, se pasa por harina y se fríe con aceite en una cazuela de barro.

Cuando comience a dorar se le añade un vaso del caldo de la cochura, el zumo del limón, el perejil picado y se salpimenta. Se deja cocer diez minutos, se saca el bacalao, se emplata en una fuente, se deja reducir el caldo y se le vierte por encima como salsa.

Receta recogida en Valencina Sevilla a Paco el Fugi

BACALAO REBOZADO CON MIEL

Ingredientes: (4 personas)

<i>Cuatro supremas de bacalao en salazón</i>	<i>doscientos gramos de harina de maíz</i>
<i>dos huevos</i>	<i>canela</i>
<i>dos cucharadas de miel</i>	<i>aceite y caldo de carne.</i>

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se escalda en agua hirviendo dos minutos, se escurre, se seca, se limpia de espinas si es necesario, se pasa por harina de maíz y huevo batido, se fríe.

En un cazo pequeño se confita la miel con una chispa de canela, cuando comience a caramelizar, se le añade una chispita de aceite y un vasito de caldo de carne.

Se liga una salsa, se riegan las supremas y se sirven.

Receta recogida en el Pozo del Camino (Huelva)

BACALAO REBOZADO CON POLEÁS

Ingredientes: (4 personas)

<i>Medio kilo de bacalao en salazón</i>	<i>dos limones</i>
<i>un pelin de vinagre de manzana</i>	<i>dos cucharadas de azúcar</i>
<i>cilantro</i>	<i>un tazón de harina de maíz</i>
<i>media cucharadita de levadura Royal</i>	<i>un vasito de Casera</i>
<i>un vasito de leche</i>	<i>azafrán, aceite y sal.</i>

Preparación:

Se tiene toda la noche el bacalao en agua para que suelte la sal, se lava, se escurre, se corta en tiras de unos cinco centímetros y se marina como una hora en el zumo de los dos limones, el pelin de vinagre de manzana, las dos cucharadas de azúcar, el cilantro picado y se pone un poco de agua hasta cubrir si hace falta.

Se prepara una crema de rebozar con la harina de maíz, el vasito de Casera, el vasito de leche, la sal, la levadura, y el azafrán. Se bate bien y se reserva.

Transcurrida la hora de maceración (mas o menos) se embadurnan las tiras de bacalao, y se fríen en aceite muy caliente, hasta que la parte exterior, quede dorada y crujiente, y se sirven emplatadas en una fuente con acompañamiento de lechuga picada en juliana, formando una corona a su alrededor.

Se trata de una variante de las Pavias de Bacalao, que solo hemos encontrado en Isla Cristina. Aunque ponemos harina de maíz, en realidad es una harina mas gruesa casi sémola, con la que se preparan las poleás.

BACALAO REBOZADO CON ROMESCO

Ingredientes: (4 personas)

Ocho rodajas de bacalao fresco
harina de freír pescado
dos tomates
seis cucharadas de vinagre
dos dientes de ajo
una hoja de laurel
aceite

un huevo
una ñora
una rebanada de pan frito
una cebolla
una guindilla mini
una cucharada de perejil
sal y pimienta.

Preparación:

Se pasan las rodajas de bacalao fresco por harina de freír pescado y por huevo batido, se fríen en abundante aceite. Se reservan al calor en una fuente.

Se deja la ñora en remojo la noche antes, para que hidrate. Se ralla y se lleva a un almirez, junto a los ajos, el perejil, el pan frito y el vinagre; se maja y se reserva.

En una sartén con aceite se rehoga la cebolla, se añade el majado junta a la hoja de laurel, se deja cocer unos minutos.

Se agregan los tomates picados, pelados y sin pepitas, la guindilla y se cocina a fuego bajo veinte minutos. Se quita la hoja de laurel, se rectifica de sal y pimienta, se pasa por la trituradora, se riegan las rodajas de bacalao rebozado y se sirven.

Receta recogida en Sabadell. Nos la proporciono nuestra amiga Teresa Arnau. Se puede hacer con merluza, pero con bacalao fresco es como queda mejor.

BACALAO REBOZADO Y FRITO

Ingredientes: (4 personas)

Tres cuartos de bacalao en salazón
un huevo
un vaso de mayonesa
sal y pimienta.

tres cucharadas de harina de freír pescado
tres huevos duros
un vaso de aceite

Preparación:

Se desala el bacalao cuarenta y ocho horas dándole varias aguas, se escurre, se limpia y se filetea. Se salpimenta y se pasa por harina de freír pescado, se sacude, se pasa por huevo batido y se fríe en aceite.

Se emplata individualmente rodeado de rodajas de huevo duro y mayonesa.

Receta de Pilar Diaz de Las Rozas (Madrid)

BACALAO RELLENO A LA BEREBERE

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao fresco
un tazón de miga de pan
medio tazón de pan rallado
una cucharada de alcaparras
eneldo
un limón*

*dos cebollas picadas
seis cucharadas de aceite
un huevo
una cucharada de culantro
tomillo
sal y pimienta.*

Preparación:

Se limpia el pescado, se le quita la raspa y se riega con zumo de limón. Se reserva. Se ligan la miga de pan, las cebollas picadas, las alcaparras, el culantro, eneldo, tomillo, sal y pimienta. Se rellena el bacalao con la mezcla y se cose. Se pasa por huevo batido, por pan rallado y se lleva a una cazuela con aceite, se tapa y se cocina a fuego muy bajo tres cuartos de hora y se sirve.

Receta berebere recogida en Isla Cristina

BACALAO RELLENO DE BECHAMEL

Ingredientes. (4 personas)

*Una cola de bacalao fresco
dos cucharadas de mantequilla
una cucharada de perejil
un huevo duro*

*un cuarto de kilo de gambas
pan rallado
un vaso de bechamel
sal y pimienta.*

Preparación:

Se limpia el pescado, se le quita la raspa, se salpimenta por fuera y por dentro. Se pelan las gambas, se pican, se pica el huevo, se le ligan las gambas y la bechamel. Se rellena el pescado, se cierra o se embrida, se lleva a una fuente de horno aceitada, se tapa con pan rallado, se le colocan unas nueces de mantequilla y se lleva al horno a 200° durante media hora. Se sirve enseguida en la misma fuente.

Receta recogida en Punta Umbría

BACALAO RELLENO DE SALMÓN

Ingredientes: (4 personas)

*Ocho filetes de bacalao fresco
dieciséis gambas
un vasito de vino
dos huevos
tres cucharadas de aceite*

*cien gramos de salmón ahumado
media cebolla picada
un vasito de fumé
dos cucharadas de nata líquida
sal y pimienta.*

Preparación:

Se sazonan los filetes de bacalao y se napa uno con una loncha de salmón y dos gambas fileteadas a lo largo. Se tapa con otro filete y se cierra.

Se prepara una salsa cruda con el aceite, la cebolla, el ajo se tritura, se añaden el vino, el fumé, se le añaden las yemas de los huevos rallados y la nata.

Se llevan los filetes al horno, se riegan con la salsa y se hornean veinte minutos. Se sirven con el jugo de la cochura como salsa.

Una variedad es freírlos y cocer la salsa a baño María, después regar con la salsa.

BACALAO ROSA CASTILL

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao en salazón
cuatro cucharadas de mantequilla
unas tiras de pimiento asado
unas aceitunas negras.*

*dos cebollas
un paquete de rebocina Royal
una cucharada de culantro picado*

Preparación:

Se desala el bacalao durante doce horas en agua, cambiándola de vez en cuando. Se saca, se escurre, se seca, se limpia de posibles espinas con una pinza, se trocea y se reserva

Se prepara una crema de rebozar con el última agua de la desalación, y siguiendo las instrucciones del fabricante impresas en el paquete.

Se rebozan los trozos de bacalao, se frien en aceite caliente y se sirven acompañados de verdura cocida, tiras de pimiento asado y aceitunas para adornar.

Receta común.

BACALAO ROSELLÓN

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de cola de bacalao fresco un rollo de hierbas
una cucharada de zumo de limón una cucharada de salsa worcester
cien gramos de champiñones un tomate
una cucharada de perejil un limón
un vaso de vino tres cucharadas de aceite
sal y pimienta.*

Preparación:

Se sazona el bacalao ya limpio con zumo de limón, se salpimenta y se rocía con la salsa worcester.

En una olla de barro con el aceite, se rehogan los champiñones picados, se añade el tomate cortado en dados pequeños, se le pica la cebolla, se saltea hasta perder el agua el tomate, se añaden el pescado, el rollo de hierbas y el vino. Se cuece tres cuartos de hora, se rocía con perejil y se sirve.

Receta de Chantall Regas de Francia. La receta original es con mantequilla, pero con aceite queda mas a nuestro gusto.

BACALAO SALADO AL HORNO

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao en salazón dos cebollas
tocino fresco medio vaso de aceite
medio vaso de vino blanco.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas cambiando el agua varias veces, se blanquea diez minutos, hasta que quede blando al pinchar con un cuchillo.

Se lleva la pieza de bacalao a una fuente refractaria, se le pica la cebolla y tocino en la misma cantidad en peso que las cebollas, se cubre el bacalao se riega con medio vaso de aceite y medio vaso de vino blanco, se lleva al horno a 180 grados hasta que el pescado esta hecho.

Se pica la salsa en la trituradora, se corta el pescado en filetes, se riega con la salsa y se sirve.

Receta de Jaime el Isla de Isla Cristina (Huelva).

BACALAO SALTEADO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
cuatro patatas
dos cucharadas de vinagre
dos cucharadas de harina.*

*diez cucharadas de mantequilla
cuatro cebollas
una cucharada de perejil*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas dándole varias aguas, se escurre, se pasa por harina y se dora con mantequilla.

Se cuecen las patatas, se cascan,; en una olla de barro se rehoga la cebolla, se añaden las patatas cocidas, el bacalao desmenuzado, se saltea cinco minutos, se riega el vinagre y se sirve en la olla regado con perejil picado.

Receta recogida en Sevilla en La Taberna Las Cinco Bellotas. Es una receta muy similar al Bacalao a la Lionesa.

BACALAO SAVOY

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro supremas de bacalao fresco
cuatro gotas de salsa worcester
un limón
una cucharada de perejil picado
sal y pimienta.*

*una cucharada de zumo de limón
una cebolla
tres cucharadas de alcaparras
tres cucharadas de aceite*

Preparación:

Se adereza el pescado con sal, pimienta, zumo de limón y tres gotas de salsa worcester.

Se corta la cebolla en aros y el limón en rodajas. Se llevan a una olla de barro, con el bacalao y las alcaparras, se riega con una chispa de aceite (en la receta original mantequilla) y se lleva a fuego lento veinte minutos. Se espolvorea con perejil y se sirve.

Receta de Montserrat Ríos de Huelva

BACALAO SOBRE CHAMPIÑONES Y PUERROS

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao
un cuarto de kilo de puerros
un cuarto de manzana
medio limón*

*un cuarto de kilo de champiñones
cuatro dientes de ajo
un vasito de aceite
sal y pimienta.*

Preparación:

Se corta el bacalao en filetes, se desala durante seis horas, se le dan varias aguas, se cuece cinco minutos y se reserva.

Se cortan los champiñones en laminas finas, se llevan a una fuente y se maceran un par de horas, simplemente en aceite.

Se corta la parte blanca de los puerros en aros y se saltean en una sartén con aceite.

Se llevan al turmix el vasito de aceite, los cuatro dientes de ajo, el trozo de manzana, el zumo de medio limón, se salpimienta. La salsa resultante se reserva en una salsera. Se emplata el salteado sobre los champiñones, se coloca sobre ellos el bacalao y se sirve con la salsa aparte.

Receta recogida en Isla Cristina (Huelva)

BACALAO SOBRE FONDO DE ALCACHOFA

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
una cebolla
un pimiento
dos cucharadas de piñones*

*tres cuartos de kilo de alcachofas
dos dientes de ajo
medio vaso de puré de tomate
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao, dándole varias aguas durante todo un día. Se escurre, se seca con papel de cocina, se limpia, se trocea se pasa por harina, se fríe un par de minutos y se reserva.

Se limpian las alcachofas, se quitan las hojas de fuera y las puntas; se cortan en rodajas, se pasan por harina y huevo batido, se fríen en aceite.

Se prepara una salsa rehogando la cebolla frita, se añaden los dientes de ajo, el pimentón y la salsa de tomate. Se pasa por la batidora y se reserva la salsa.

En una fuente de horno se colocan las rodajas de alcachofa, sobre ellas las tajadas de bacalao, se riega con la salsa, se salpimienta y se lleva al horno a 200 grados durante cinco minutos.

Receta de Susana Campos de isla Antilla. En Portugal encontramos una receta similar, que llevaba picante.

BACALAO SOBRE PATATA CON MOJO

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao
aceite aromatizado con cilantro*

*medio kilo de patatas
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao en agua durante todo un día, la última agua se cuele y se reserva. El bacalao se limpia, se le quitan las espinas con una pinza caso de ser necesario, y se trocea.

En una cazuela con el agua reservada se cuecen las patatas, cuando llevan diez minutos de cochura, se añaden las presas de bacalao y se continúa cocinando otros diez minutos.

Se sacan se pelan las patatas, se cortan en rodajas, se coloca una presita de bacalao encima, se riega con el aceite aromatizado, se salpimenta y se consumen.

¡Exquisita receta! con la que nos asombro Alexandra George de Belem (Portugal)

BACALAO SOLOVIEJO

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao
perejil
un limón
una cucharada de mantequilla
sal y pimienta.*

*albahaca
medio vaso de aceite
cuatro zanahorias
codillo de jamón picado*

Preparación:

Se desala el bacalao durante doce horas cambiando el agua frecuentemente. Se seca, se limpia, se embadurna con aceite y se asa a la plancha. Se trocea en raciones y se reserva.

Se cuece la zanahoria durante veinte minutos, se corta en rodajas, se pasa por el pasa purés, se le liga la mantequilla, se salpimenta. Se emplata el puré como base, se riega con jamón picado a cuchillo, se coloca el bacalao encima y se sirve acompañado de ponche de melocotones.

Receta recogida en mina Soloviejo (Huelva) en el verano del 58

BACALAO VIERNES SANTO

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao en salazón
seis huevos duros
un vaso de aceite
tres cebollas*

*un kilo de patatas
un cuarto de kilo de aceitunas negras
dos dientes de ajo
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se blanquea cinco minutos, se limpia y se desmiga. Se cuecen las patatas veinte minutos, se pelan y se cortan en rodajas; se cortan las rodajas los huevos duros, se reservan. Se doran las cebollas y los ajos, se añaden el bacalao, las patatas cocidas, las aceitunas, se les dan unas vueltas, se aparta del fuego, se añaden los huevos cocidos, el perejil, se salpimienta, se deja reposar dos minutos y se sirve.

Receta de la Sra de carrasco de Isla Cristina (Huelva)

BACALAO VILLEROY

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
dos huevos, aceite
dos vasos de bechamel
un diente de ajo
dos galletas Maria*

*dos cucharadas de harina
medio vaso de vino blanco
una cebolla
dos pimientos
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao dándole varias aguas durante veinticuatro horas, la última se cuele y se reserva. Se saca el bacalao, se escurre y se seca, se limpia de piel y espinas, se corta en trozos regulares, se sumergen en una bechamel espesa, se pasan por huevo batido y se fríen en aceite caliente.

Se fríe la cebolla junto con el ajo, en cuatro cucharadas de aceite, se salpimienta, se le añaden los pimientos rallados, el vino, se le da un hervor y se pasa por el chino. La salsa que se obtiene se reserva.

En una fuente de horno engrasada, se colocan las presas, se riegan con la salsa, se les dan cinco minutos de horno y se sirven.

Receta común. Se puede dar el hervor simplemente en una cazuela de barro.

BRANDADA DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao
un vasito de crema de leche
un limón*

*dos vasos de aceite
una patata cocida
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao en agua durante veinticuatro horas, cambiándola varias veces. Se limpia, se trocea y se lleva a una cazuela de barro con aceite colocando las presas con la piel hacia arriba.

Se remueve lentamente y se aplasta con una cuchara de madera, hasta conseguir una crema homogénea. Se riega con la nata, se añade la patata hecha puré con un tenedor, se agrega otro vaso de aceite y se trabaja hasta tener una pasta suave. Se añade el zumo del limón, se salpimenta y se continua trabajando.

Se sirve sobre rebanadas de pan tostado o frito.

Receta popular, esta en concreto es de Puri Cazorla de Sabadell. En Huelva y Sur de Badajoz tienen un plato muy similar.

BROCHETA FRÍA DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas):

*Un paquete de bacalao ahumado
un bote de ajos confitados*

*un bote de cebollitas encurtidas
unos tomatitos cherry.*

Preparación:

Se insertan en una brocheta, una presita doblada de bacalao ahumado, un ajo confitado, una cebollita una presita doblada de bacalao ahumado, medio tomate cherry, un ajo confitado. Se repite la serie y se termina con presita doblada de bacalao ahumado.

Se sirven frías regados con una chispa de salsa agridulce.

Receta de Montserrat Segura de Sabadell. Son muy socorridos cuando tienes prisa. También admiten otros encurtidos como pepinillos, zanahoria, remolacha etc

CABRILLAS CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao en salazón
cien gramos de chorizo
una cebolla
medio vaso de aceite
una cucharada de harina
una guindilla
una cucharadita pequeña de hierbabuena
una cucharada de perejil
sal y pimienta.*

*un kilo de cabrillas
cien gramos de jamón
dos tomates
cuatro dientes de ajo
una cucharadita de comino molido
un vaso de vino blanco
una hoja de laurel
una cucharadita de pimentón*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se corta en trocitos; se limpian las cabrillas con agua, vinagre y sal; se cuecen cambiando el agua.

En una cazuela de barro se fríen los ajos y la cebolla, se sacan y se reservan. Se cuele el aceite, se doran el jamón y el chorizo, se añade el tomate pelado, se rehoga hasta que pierda el agua que suelta, se añaden la guindilla, la hierbabuena, el laurel, el perejil, el pimentón, los caracoles y la cucharada de harina. Se rehoga dos minutos, se riega con el vino, se rectifica de sal y pimienta y se cuece diez minutos a fuego lento.

Se majan en un almirez los cominos, la cebolla y el ajo, se añade una chispa de perejil y aceite. se añade al guiso y se cocina otros diez minutos.

Se pasa el bacalao por harina, se dora en aceite dos minutos por cada lado y se añade al guiso. Se cocina cinco minutos, se deja reposar y se sirve.

Receta recogida en Gines (Sevilla)

CALDERETA DE PESCADO

Ingredientes: (4 personas)

*Un cuarto de kilo de bacalao fresco
un cuarto de kilo de pez espada
una cebolla
un diente de ajo
dos cucharadas de alcaparras
medio kilo de patatas*

*un cuarto de kilo de pintarroja
cuatro tomates
seis cucharadas de tomate
un vaso de aceitunas negras
un vaso de vino de Jerez
sal y pimienta.*

Preparación:

Se cuecen las patatas diez minutos, se pelan y se cortan en rodajas. Se limpia el pescado, se trocea, se pasa por harina y se dora en aceite.

En la misma sartén y aceite, se rehogan el ajo picado y la cebolla, cuando dore se añade el pescado, el vino y se deja cocer cinco minutos. Se añaden el tomate pelado y sin pepitas, las patatas, las alcaparras las aceitunas, se salpimenta. Se deja cocer tres cuartos de hora y se sirve.

Receta recogida en Isla Cristina

CANELONES DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un paquete de bacalao ahumado
medio vaso de leche
dos dientes de ajo
aceite
mantequilla*

*un paquete de espinacas
una cucharada de harina
media cebolla
queso rallado
un paquete de canelones.*

Preparación:

Se rehogan en aceite, los ajos picados, la cebolla, y las espinacas cocidas. Se hace una bechamel, a la que se añade el bacalao ahumado picado a cuchillo, se mezcla con el sofrito.

Se cuecen los canelones el tiempo que indique el fabricante en el sobre, y se rellenan con la pasta.

En una fuente de gratinar untada con mantequilla, se coloca como base un poco de salsa de tomate, se colocan los canelones, y se recubren con salsa de tomate, por encima se les añaden mantequilla y queso rallado, se gratinan en horno fuerte.

Receta común. Hay dos variantes, una se sustituye el bacalao ahumado por bacalao desalado y desmigado, otra se sustituye solo la mitad por bacalao desalado y desmigado; en este caso se marcan con un palillo para saber cuales son.

CARPACHO DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Cien gramos de bacalao ahumado
cuatro cucharadas de aceite
sal y pimienta.*

*dos tomates
dos cucharadas de almendra molida*

Preparación:

Se cortan los tomates lo mas finos posibles, se les quitan las pepitas. Se emplatan y se aderezan con aceite, sal y pimienta.

Se corta el bacalao ahumado en carpacho, se coloca sobre el tomate formando radios, se riega con aceite de oliva y almendra picada, se deja macerar unas horas y se consume.

Receta adaptada de una de Carmelo Pérez Salcedo de Conil (Cádiz)

CARPACHO DE BACALAO FRESCO

Ingredientes: (4 personas)

*Trescientos gramos de bacalao fresco
cuatro cucharadas de aceite
una cucharadita de eneldo picado
unas ralladuras de jengibre*

*cincuenta gramos de huevas de mujol
cuatro cucharadas de vino fino
una cucharadita de albahaca picada
sal y pimienta.*

Preparación:

Se congela el bacalao a -20° durante cuarenta y ocho horas, pasado este tiempo se saca y se descongela parcialmente, se corta en laminas muy finas y se lleva a una fuente. Se riega con el aceite y el vino, se espolvorea con el eneldo y la albahaca picado, se ralla una chispa de jengibre, se salpimenta y se deja marinar unas horas y transcurrido este tiempo, se sirve.

Receta recogida en Murcia. Hay otra muy similar, bate el vino, el aceite y las hierbas y posteriormente riega con él y salpimenta.

CAZUELA DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un cuarto de kilo de bacalao
una cebolla
un tomate
una hoja de laurel
un vaso de chirlas
una cucharadita de pimentón
dos hebras de azafrán
sal y pimienta.*

*cuatro cucharadas de aceite
un pimiento
una patata
cien gramos de gambas
unas habitas
una cucharada de perejil
dos vasos de caldo de pescado*

Preparación:

Se desala el bacalao dándole varias aguas durante doce horas. Se limpia, se desmiga y se reserva.

En una olla se prepara un refrito con cuatro cucharadas de aceite en ellas se dora la cebolla, cuando poche se añade el pimiento picado en tiras pequeñas, el tomate pelado y sin pepitas, cuando pierda el agua que suelta, se añade la patata pelada y cortada en cascotes pequeños, la hoja de laurel, las habitas, el pimentón, se añaden dos vasos de caldo de pescado, cuando cuece diez minutos, se añaden las chirlas, las gambas, el perejil, el azafrán, los fideos, se salpimienta y se cuece otros diez minutos.

Se sirve en sopera.

Receta recogida en Salobreña

CEBICHE DE BACALAO FRESCO

Ingredientes. (4 personas)

*Cuarto y mitad de bacalao fresco
un tomate
una cebolla chica
medio vasito de vino fino
sal y pimienta.*

*cinco limones
una cucharada de culantro picado
dos pimientos de padrón
dos gotas de tabasco*

Preparación:

Se congela el bacalao a veinte grados bajo cero al menos durante cuarenta y ocho horas. Se descongela y se corta en daditos diminutos como para ensaladilla. Si esta aun a media congelación se corta mejor.

Se lleva el pescado a una ensaladera y se riegan con el zumo de los limones, igual cantidad de agua, el tabasco y el vaso de vino fino. Se salpimenta y se lleva a la nevera seis horas.

Se elimina el liquido, se añade la cebolla cruda, los pimientos de padrón, y el tomate pelado y sin pepitas, cortados en daditos minúsculos, se ligan con una cuchara de palo.

Se espolvorean con cilantro picado, se lleva a la nevera dos horas y se sirve. Algunas personas gustan de regar con una chispa del caldo de la maceración antes de servir.

Receta recogida en Isla Cristina a Guadalupe Arias de México D.F.

CHERMULA BEREBERE

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao en salazón
cuatro cebollas
una chispita de canela molida
una cucharada de vinagre*

*harina de freír pescado
aceite, pasas
una cucharada de culantro
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas, se blanquea cinco minutos, se limpia, se corta en tiras, se sazona, se pasa por harina de freír pescado, se fríe y se lleva a una fuente.

Se ponen las pasas en remojo, se les quitan las pipas y se trocean.

Se fríen en aceite la cebolla picada, se le esparce pimienta molida, una chispita mínima de canela molida, el culantro picado y las pasas. Se fríe unos minutos.

Se pasa la fritada a un cazo, se le añade medio vaso de agua, una cucharada de vinagre, se reduce un poco y se riega sobre el pescado.

Receta común en el Norte de África. Esta forma de hacerlo se debe a nuestra amiga Buschara de Isla Cristina. Se puede hacer con lubina, dorada, atún etc.

CHURROS RELLENOS DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Ocho churros
dos huevos duros
una cucharada de alcaparras.*

*un paquete de bacalao ahumado
un vaso de mayonesa*

Preparación:

Se pica a cuchillo el bacalao ahumado, se liga con la mayonesa, el huevo duro rallado y las alcaparras. Se obtiene una pasta.

Se rellenan los churros con la pasta y se sirven.

Se trata de unos churros de patata con un diámetro de 3 centímetros y un hueco de centímetro y medio, típicos de Portugal. Receta recogida en Sabadell a Antonio Silva de Sines (Portugal)

COCOCHAS DE BACALAO EN SALSA VERDE

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de cocochas
una cucharada de perejil
sal y pimienta.*

*aceite, cuatro dientes de ajo
harina de freír pescado*

Preparación:

Se doran en una olla de barro los ajos cortados en laminas, se sacan con una espumadera y se reservan.

En la misma olla y aceite se doran las cocochas pasadas por harina de freír pescado, se cubren con agua y perejil picado y se cocinan tres minutos removiendo la cazuela para que ligue una salsa; se añaden los ajos fritos y se sirven en la misma cazuela.

Receta de Augusto Martínez de Riotinto (Huelva). Las cocochas se venden preparadas y limpias en paquetes de medio kilo.

COLA DE BACALAO AL HORNO

Ingredientes: (4 personas)

*Una cola de bacalao fresco de un kilo
tres cucharadas de aceite
cuatro tomates*

*cuatro cucharadas de mantequilla
ocho cucharadas de queso rallado
sal y pimienta.*

Preparación:

Se limpia la cola de pescado, se le quita la raspa central, se salpimenta, se napa con mantequilla y queso rallado, se cierra.

Se lleva a una fuente de horno untada con aceite, y con una base de rodajas de tomate, se cubre con tomate pelado y sin pepitas, cortado en dados pequeños. Se lleva al horno, se riega con aceite, se hornea veinte minutos y se sirve.

Receta común.

CREMA DE CALABACÍN CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Dos calabacines
un litro de caldo de verduras
unos trocitos de queso*

*una patata
cien gramos de bacalao desalado en migas
unas nueces picadas en grueso.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas cambiando varias veces el agua. Se escurre, se limpia y se desmiga. Se reserva.

Se lavan los calabacines y se trocean, se pela la patata y se trocea. Se llevan a una cazuela con el caldo cuando este rompa a hervir, se deja cocer un cuarto de hora, se rectifica de sal y pimienta, se pasa por un pasapurés, se lleva a una fuente de servir, se colocan las migas de bacalao por encima, se adorna con rodajas de huevo batido y se sirve.

Receta familiar, puedes sustituir el bacalao por jamón, también puedes espolvorear culantro picado.

CREMA DE CALABAZA CON BACALAO AL AJILLO

Ingredientes: (4 personas)

Medio kilo de calabaza

un vasito de aceite

nuez moscada

cuatro dientes de ajo

un puerro

una patata

cien gramos de bacalao en salazón

un litro de caldo de verdura.

Preparación:

Se desala el bacalao doce horas, se blanquea cinco minutos, se corta en tiras, se pasa por harina y se fríen en aceite con los dientes de ajo machacados. Se reservan el aceite y el bacalao.

Se pelan la calabaza y la patata, se cortan en dados, se corta el puerro en aros, se rehogan en el aceite y se les vierte el caldo. Se cuecen un cuarto de hora.

Se escurren las verduras, se pasan por el turmix con una chispita de cado, se cuecen con el chino y se les ralla la nuez moscada. Se vuelven a la cazuela con el caldo y se reduce un poco hasta obtener una crema. Se le vierte el bacalao con el aceite y se sirve.

Receta recogida en Salobreña.

CREMA DE LENTEJAS CON BACALAO Y CURRY

Ingredientes: (4 personas)

Un cuarto de kilo de lentejas

dos zanahorias

medio vaso de nata

dos cucharadas de aceite

doscientos gramos de bacalao ahumado

una cebolla

una cucharadita de curry

sal y pimienta.

Preparación:

Se dejan las lentejas en remojo toda la noche.

En una cazuela con aceite, se rehogan la cebolla y la zanahoria, cuando la cebolla este transparente, se añaden las lentejas, se riegan con el doble de agua, se salpimienta y se dejan cocer veinte minutos, se asustan con medio vaso de agua y se cuecen otros veinte minutos. Se añade la nata, el curry, se cuece otros diez minutos y se pasa todo por el chino.

Se sirve la crema en cuencos individuales, se añaden las laminas de bacalao troceado por encima y se coloca un pegotito de nata montada, se decora con una ramita de perejil y se sirve.

Receta de Rocío Bruzón de Sevilla

CREMA DE SALMOREJO Y BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

Cuatro tazones de salmorejo

cincuenta gramos de bacalao ahumado

dos tazones de mayonesa

una cucharada de mostaza francesa.

Preparación:

Se ligan el salmorejo, con la mayonesa y la mostaza. Se vierte la mezcla en un cuenco y se le riegan cuscurreitos de pan frito y picatostes ahumados.

Receta recogida en Villa Blanca (Huelva)

CREPES DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

Un cuarto de kilo de bacalao

un vaso de leche

dos cucharadas de harina

ocho cucharadas de mantequilla

media cebolla

una cucharada de maicena

un vasito de nata

nuez moscada

un vaso de aceite

dos huevos

seis gambas

seis dientes de ajo

una copa de coñac

una hoja de laurel

un vasito de fumé

sal y pimienta.

Preparación:

Se desala el bacalao durante todo un día dándole varias aguas. Se lleva al fuego y se blanquea sin hervir unos minutos, se limpia de piel y espinas, se frien cuatro dientes de ajo en el aceite, se liga con el bacalao majándolo levemente en un dornillo.

Se preparan las crepes ligando la maicena con los dos huevos batidos, se bate suavemente con una varilla y se añade la leche poco a poco. Se añade una chispa de sal y se deja reposar la pasta una hora, se lleva una cucharada de la pasta a una sartén con una chispa de mantequilla y se cuajan las crepes por ambos lados. Se rellenan con la pasta de bacalao y se emplatan en una fuente.

Se cuecen las gambas con la hoja de laurel en un vaso de agua, se sacan y se reduce a un vasito de fumé. Se cuele, las gambas se pelan, se reservan.

En una sartén con mantequilla, se rehoga la cebolla, cuando poche se añaden dos dientes de ajo picado, las gambas, el coñac y se flamea. Se añade la harina, se pasa por la trituradora, se añade la nata y el fumé, se vuelve al cazo y se cuece diez minutos se sazona con nuez moscada, sal y pimienta. La salsa obtenida se riega sobre las crepes y se sirve.

Antigua receta familiar. Probablemente proviene de Minas de Riotinto

CREPES DE BACALAO AHUMADO

Ingredientes: (4 personas)

200 gramos de bacalao ahumado
50 gramos de salmón ahumado
un brik de nata líquida
dos huevos
cuatro cucharadas de mantequilla
aceite y sal.

50 gramos de anchoas ahumadas
50 gramos de mojama de atún
cien gramos de harina
un vaso de leche
una copita de coñac

Preparación:

“Se hacen las crepes, mezclando harina, los huevos batidos, la mantequilla, y una pizca de sal. Se remueve y se añade la leche poco a poco conforme se va batiendo y se bate hasta que quede una pasta homogénea. Se deja reposar media hora, si queda espesa, se añade algo mas de leche. Se cuajan las crepes en una sartén untada con aceite; cuando estén por un lado se vuelven para hacer por el reverso.

Se coloca la crepe en un plato, se colocan los trocitos de ahumado, se enrolla y se emplata en una fuente, una vez acabados se riegan con coñac y se flamean.

Se monta la nata, se sirve en un cuenco. La nata se le pone a las crepes en el momento de comerlas, su misión es suavizar el sabor y la sal.”

Receta adaptada de una del Libro La Cocina del Atún

CROQUETAS DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

Dos vasos de leche
dos cucharadas de mantequilla
pan rallado
un huevo

un paquete de puré de patatas
un cuarto de kilo de bacalao
aceite
sal y pimienta.

Preparación:

Se desala el bacalao durante doce horas dándole sucesivas aguas, se escurre, se seca con papel de cocina, se limpia y se desmiga en hebras. Se reserva.

Con la leche, la mantequilla y el puré de patata, se prepara una masa siguiendo las instrucciones del fabricante impresas en el paquete.

Se le añaden dos cucharadas de perejil, un diente de ajo picado en crudo y el bacalao desmigado. Se liga íntimamente, se lían las croquetas se pasan por huevo batido, pan rallado y se fríen en aceite.

Receta recogida en Ayamonte (Huelva) en el bar de las croquetas en la Plaza del Agua.

CUSCÚS CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de cuscús
medio kilo de garbanzos
una patata
unos trozos de calabaza
unas almendras*

*un cuarto de kilo de bacalao
una cebolla
dos zanahorias
ocho cucharadas de aceite
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante ocho horas, dándole varias aguas, se limpia de espinas y se desmiga.

Se cuecen en la parte inferior de la cuscusera con cuatro cucharadas de aceite y litro y medio de agua, las patatas cascadas, las zanahorias peladas y troceadas, la calabaza troceada, se salpimienta y se le dan dos cochuras al vapor de un cuarto de hora cada una, añadiendo en cada cochura un poco de aceite al cuscús para que no apelmace..

Para la tercera cochura, se le liga aceite y el bacalao desmigado, se pasa por el vapor otro cuarto de hora. Se reserva.

Se pasa por el pasapurés el caldo con las verduras cocidas, se obtiene una crema fluida. Se sirve el cuscús con la crema en una soper.

Este plato es muy energético y se tomaba en el Sahara para compensar la perdida de sal. Algunas recetas le añaden pasas y una chispa de especia berebere.

DÁTILES CON BACALAO AHUMADO

Ingredientes: (4 personas)

*Veinticuatro dátiles
aceite.*

doce lonchas de bacalao ahumado

Preparación:

Se cortan los dátiles a lo largo, se eliminan los huesos. Se cortan las lonchas de bacalao ahumado en dos porciones a lo largo, se maceran en aceite, se rellenan los dátiles con un trozo de bacalao ahumado, y se frien en aceite.

Receta adaptada de un canapé que nos pusieron en el Hotel Triunfo de Jaén.

DÁTILES RELLENOS DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

Veinticuatro dátiles

dos ajos

dos cucharadas de mantequilla

una cucharada de aceite

un cuarto de kilo de bacalao

tres huevos

un vaso de nata

sal y pimienta.

Preparación:

Se sacan los huesos de los dátiles, se cortan a lo largo y se reservan.

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se limpia, se desmiga y se lleva al turmix, junto a la mantequilla, el aceite y los huevos batidos. Se tritura, se pasa por el chino, se liga la nata despacito con una cuchara de palo.

Se lleva la mezcla a un molde de horno, se cuece a baño María durante tres cuartos de hora y se rellenan los dátiles.

Se sirven directamente o se pueden freír en aceite.

EMPANADA DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

Un paquete de masa de hojaldre

un tazón de tomate frito

un pimiento

un casco de limón

cuatro cucharadas de aceite

una cucharada de mantequilla

medio kilo de bacalao

una cebolla

una hoja de laurel

un clavo de olor

una pizca de azúcar

sal y pimienta.

Preparación:

Se desala el bacalao teniéndolo en agua durante todo un día, dándole varias aguas, se saca, se limpia de piel y espinas; se desmenuza y se reserva.

Se llevan a una sartén con cuatro cucharadas de aceite, la cebolla picada y el pimiento picado, cuando comiencen a rehogar, se añaden el tomate frito, una pizca de azúcar y se salpimienta. Se le vierte el pescado desmigado, se remueve con una cuchara de palo, y se deja hervir cinco minutos.

Se extiende con un rodillo la masa de hojaldre. Se forra un molde de empanada untado de mantequilla, se le vierte el refrito de pescado, se tapa con otra lamina de hojaldre, se pincha varias veces para que ore y se lleva a un horno media hora hasta que dore la masa y se haga la empanada. Se deja reposar que enfríe y se sirve.

Receta recogida en el Bar Pepin de Isla Cristina

EMPEDRAT DELT EBRE

Ingredientes: (4 personas)

*Un vaso de arroz
medio vaso de salsa de tomate
dos dientes de ajo
dos hebras de azafrán*

*medio vaso de alubias cocidas
cien gramos de bacalao en salazón
un vasito de aceite
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se limpia, se desmiga y se blanquea dos minutos, se escurre y se rehoga en una sartén con aceite, con los ajos cortados en laminas y el azafrán, cuando doren un pelin, se añade el tomate rallado, pelado y sin semillas. Se rehoga hasta que se consume el agua que suelta el tomate.

Se añaden las alubias cocidas, se rehogan un par de minutos y se añade el arroz, se le dan unas vueltas, se añaden dos vasos y medio de agua, se baja el fuego un poquito y se cuece a fuego medio veinte minutos, se rectifica de sal y pimienta.

Se retira del fuego, se deja reposar unos minutos y se sirve.

Esta receta de Araceli Muñoz de Tortosa, la encontramos en Delt Ebre, en la costa de Castellón y de Tarragona, casi sin variantes. Cuando subimos a la zona del Valles se convierte en una pipirrana, ver receta siguiente.

EMPEDRAT

Ingredientes: (6 personas)

*Medio kilo de bacalao en salazón
una cebolla de Figueras
un vaso de aceitunas negras sin hueso
seis cucharadas de aceite
una cucharada de perejil picado.*

*medio kilo de judías blancas cocidas
tres tomates
tres dientes de ajo
tres cucharadas de vinagre*

Preparación:

Se desala el bacalao escaldándolo diez minutos, solo remojar y ablandar. Se limpia, se le quitan las espinas y se corta en tiras. Se reserva.

Se pelan y se pican la cebolla y los tomates sin pepitas. Se monta un fondo de cebolla y tomate crudos, se le añaden las judías, sobre ellas el bacalao en tiras y las aceitunas.

En un almirez se majan los ajos, le perejil, aceite y vinagre, se riega el plato con la liga, se deja reposar un par de horas y se sirve.

Receta recogida en Castellar del Valles (Barcelona).

EMPANADILLAS DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un cuarto de kilo de bacalao en salazón
un tomate
aceite
un huevo*

*dos paquetes de empanadillas
un pimiento morrón
piñones
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas dándole varias aguas, se escurre, se limpia de piel y de espinas, se desmiga y se reserva

En una sartén con dos cucharadas de aceite, se fríe el tomate pelado, sin pepitas y picado, se añaden el pimiento picado, los piñones, el bacalao desmigado, se salpimienta.

Con la pasta resultante, se rellenan las empanadillas, se cierran bien con un tenedor, se bate el huevo y se pintan por encima. Se fríen en la freidora y se sirven.

Receta familiar. Se pueden hacer con atún, con pescado etc.

ENSALADA AÍDA DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un cuarto de kilo de achicoria rizada
un pimiento morrón asado
un paquete pequeño de bacalao ahumado
aceite
sal y pimienta.*

*un tomate
una cebolla
dos huevos duros
vinagre*

Preparación:

En una ensaladera, se pican la achicoria, el tomate pelado y sin pepitas, el pimiento asado, la cebolla, y el huevo, se liga el bacalao picado a cuchillo, se aliña con salsa vinagreta, tres partes de aceite y una de vinagre, se salpimienta y se sirve.

Receta de Mar Calvo de Coria del Rio (Sevilla)

ENSALADA AMERICANA DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

Dos tomates

un apio

una cebolla dulce

aceite

vinagre

dos patatas cocidas

un paquete pequeño de bacalao ahumado

dos huevos duros

alcaparras

sal y pimienta.

Preparación:

En una ensaladera se añaden los tomates pelados en rodajas y sin pepitas, las patatas cocidas peladas y en rodajas y el apio cortado en juliana. Se añade el bacalao ahumado picado a cuchillo, se salpimenta y se aliña con una vinagreta de tres partes de aceite y una de vinagre. Se acompaña con una corona de rodajas de cebolla fresca, alcaparras y rodajas de huevo duro.

Receta de Mar calvo de Coria del Rio (Sevilla)

ENSALADA BEATRIZ DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

Medio kilo de judías verdes

un tomate

aceite

sal y pimienta.

un paquete pequeño de bacalao ahumado

una cebolla pequeña

vinagre

Preparación:

Se cuecen las judías verdes troceadas en abundante agua, una vez cocidas se escurren y se llevan a una ensaladera. Se ligan el tomate picado, pelado y sin pepitas, la cebolla picada, se salpimenta y se adereza con una salsa vinagreta, que se prepara con tres partes de aceite y una de vinagre. Se liga el bacalao picado a cuchillo y se sirve.

Receta de mar calvo de Coria del Rio (Sevilla)

ENSALADA BEUCAIRE DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

Un tallo de apio

dos patatas cocidas

un huevo duro

sal y pimienta.

dos tomates

un paquete pequeño de bacalao ahumado

mayonesa

Preparación:

En una ensaladera, se ligan el apio cortado en juliana, las patatas peladas y cortadas en rodajas, los tomates pelados, sin pepitas y cortados en rodajas. Se añade el bacalao ahumado, se salpimenta y se vierte la salsa mayonesa. Se adorna con el huevo duro y se sirve fría acompañada de un vino blanco muy joven.

Básicamente es la ensalada americana, pero con salsa mayonesa. Receta de Mar Calvo

ENSALADA CALIFORNIA DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

Una lata de maíz dulce cocido

un pimiento asado

aceite

aceitunas sin hueso

sal y pimienta.

un paquete pequeño de bacalao ahumado

una zanahoria

pepinillo

una cucharada de vinagre

Preparación:

Se pica el bacalao a cuchillo, se le liga una lata de maíz dulce, un pimiento asado cortado en tiras pequeñas, una zanahoria cocida cortada en rodajas, dos pepinillos picados en rodajas, unas aceitunas picadas, se adereza con aceite, vinagre, sal y pimienta, se sirve fría.

Receta de Mar Calvo de Coria del Rio (Sevilla)

ENSALADA DE BACALAO, AGUACATE Y GAMBAS

Ingredientes: (4 personas)

Dos aguacates

un cuarto de kilo de gambas

200 gr de bacalao ahumado

un chorrito de nata

un cogollo

una rama de apio

mayonesa

sal y pimienta.

Preparación:

“Se cuecen las gambas, se escurren, se pelan, y se reservan. El agua de cocer las gambas se reserva para otro día hacer una paella.

En una ensaladera, se pican el cogollo, el apio, se pela el aguacate y se pica en trozos menudos, se le añaden el bacalao ahumado picado a cuchillo, las gambas y se riega con la mayonesa que hemos aligerado con el chorrito de nata para que ligue mejor. Se salpimienta y se liga. Se sirve fría.”

Receta adaptada del Libro La Cocina del Atún

ENSALADA DE AHUMADOS

Ingredientes: (4 personas)

Tres tomates

tres filetes de salmón ahumado

tres filetes de esturión ahumado

aceite

tres filetes de anchoa

tres filetes de bacalao ahumado

medio bote de alcaparrones

sal y pimienta.

Preparación:

“Se cortan los tomates en gajos, ocho gajos por tomate, y se forma una corona con ellos en una fuente, se bañan en aceite y se salpimientan.

Se pican las anchoas, los filetes de salmón, los filetes de bacalao, los filetes de esturión, se ligan y se mezclan con parte de los alcaparrones. Se coloca la mezcla en el centro de los tomates, se adorna con los alcaparrones, se aliña con aceite y se sirve.”

La preparan exquisita en Murcia. Se vende a granel en el mercado de abastos.

ENSALADA DE BACALAO AHUMADO Y NARANJA

Ingredientes: (4 personas)

*Un paquete de bacalao ahumado
dos naranjas
aceite
una chispita de pimentón*

*dos cogollos de Tudela
dos cucharadas de piñones
un limón
sal y pimienta.*

Preparación:

Se tuestan levemente los piñones en una sartén sin aceite. Se pelan las naranjas, se les sacan los gajos y se cortan por la mitad. El zumo que suelten y el de tres gajos, se ligan con aceite, con un chorrito de limón y pimienta.

Se pican los cogollos para ensalada, se les ligan los trozos de gajo de naranja, el bacalao cortado en tiritas, se riega con el aceite del paquete de bacalao, se rocía con el aliño, se esparcen los piñones y se sirve.

Receta recogida en Cartaya, es la suma de varias, se puede hacer con naranjas, con mandarinas, con naranjas grano de oro, con naranjas injertadas con granado y mil variedades diferentes de naranja.

ENSALADA DE BACALAO AHUMADO

Ingredientes: (4 personas)

*Un paquete de bacalao ahumado
ocho langostinos
dos dientes de ajo
media escarola
una cucharada pequeña de mostaza*

*una lata de pimientos de piquillo
ocho cucharadas de aceite
media lechuga
dos cucharadas de vinagre
sal y pimienta.*

Preparación:

Se traba una vinagreta ligando seis cucharadas de aceite con dos de vinagre y la mostaza, se salpimienta.

Se limpian la lechuga y la escarola, se escurren, se secan y se pican en juliana; se llevan a una fuente y se reservan.

Se dora el ajo laminado en aceite, se pican los pimientos y se añaden a la sartén, se cocinan a fuego muy bajo.

Se cubre la lechuga con laminas de bacalao ahumado, se riega con los pimientos y se adorna con los langostinos. Se riega con la vinagreta y se sirve.

Receta recogida en Gines (Sevilla)

ENSALADA DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*200 gramos de bacalao ahumado
un tomate
un aguacate
una cucharada de vinagre
sal y pimienta.*

*media lechuga
una lata pequeña de maíz dulce
tres cucharadas de aceite
un limón*

Preparación:

“Se pica a cuchillo el bacalao ahumado, se reserva. Se corta la lechuga en juliana, el tomate en daditos pequeños, se pela el aguacate y se corta en daditos pequeños, se riega con zumo de limón. Se liga todo íntimamente y se añade el maíz.
Se liga una salsa vinagreta con el aceite, el vinagre y la sal. Se riega la ensalada y se sirve.”

Receta de Carlos Antolin de Gines (Sevilla)

ENSALADA DE BACALAO AL VINAGRE DE MODENA

Ingredientes: (4 personas)

*Un paquete de bacalao ahumado
dos huevos duros
cuatro hojas de endibia
seis cucharadas de aceite
sal y pimienta.*

*un tomate
un cogollo
una zanahoria
dos cucharadas de vinagre de Modena*

Preparación:

“Se corta el cogollo en cuartos, se emplata en una fuente redonda en forma de cruz. Se colocan las hojas de endibias formando una cruz intercalada con los cogollos. Se rellenan los intersticios con rodajas muy finas de tomate. Se coloca el bacalao picado a cuchillo en el centro del plato, se adorna con rodajas de huevo duro y rodajas de zanahoria.
Se liga una salsa vinagreta con el aceite, el vinagre de Modena, se salpimenta y se riega el plato con ella.”

Receta adaptada de una recogida en Villafranca del Penedes

ENSALADA DE BACALAO CON SALSA VERDE

Ingredientes: (4 personas)

Cuarto y mitad de canónigos

dos peras

dos limones

tres cucharadas de aceite

sal y pimienta.

cuarto y mitad de bacalao ahumado

un puñado de almendras semi molidas

dos cucharadas de perejil

cuatro gotas de aceite de sésamo

Preparación:

Se corta el bacalao ahumado en carpacho. Se pela la pera, se elimina el corazón, se corta en carpacho y se riega con zumo de limón.

Se llevan al turmix las hojas de dos cucharadas de canónigos, dos cucharadas de perejil picado, dos cucharadas de aceite, las cuatro gotas de aceite de sésamo, el zumo de limón, se trituran.

Se machacan las almendras en grueso y se reservan.

Se lavan los canónigos, se pican un poquito y se llevan a una ensaladera con las laminas de pera, el bacalao y las almendras. Se colocan con arte y se sirven con la salsa aparte.

Otra forma de servir es en cuencos individuales.

Receta de Charo Gutiérrez de Huelva

ENSALADA DE BACALAO SALADO

Ingredientes: (4 personas)

Medio kilo de bacalao en salazón

un diente de ajo

cebolla

vinagre

aceite

un tomate

un pimiento

pepino

limón

sal y pimienta.

Preparación:

Se desala el bacalao dándole varias aguas durante veinticuatro horas, se escurre, se seca, se limpia y se desmiga en hebras

Se pican en trocitos muy finos el tomate, pelado y sin pepitas, el pimiento, la cebolla, el diente de ajo, el pepino, se añade el zumo de limón, el aceite, el vinagre, se añade el bacalao y se remueve. Se añade pimienta molida, se deja reposar unas cuatro horas y se sirve.

Receta de Diego Ocaña de Granada

ENSALADA DE ENDIBIAS Y BACALAO AHUMADO

Ingredientes. (4 personas)

Seis endibias

cientos gramos de roquefort

un limón

sal y pimienta.

un paquete pequeño de bacalao ahumado

un quesito

dos cucharadas de leche

Preparación:

Se cortan las endibias por la mitad a lo largo. Se emplatan en una fuente, se cubren con lonchitas de bacalao ahumado y se reservan

Se ligan en el turmix, el queso picado, el quesito picado, el aceite del paquete de ahumados, el zumo del limón, la leche, sal y pimienta.

Se traba una salsa, se riegan las endibias con la salsa y se sirven.

Se puede hacer con cogollos de Tudela en sustitución de las endibias.

ENSALADA DE FRESAS, ENDIBIA Y BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

Una endibia

cuarto y mitad de bacalao

un cuarto de kilo de fresas

un vaso de aceite.

Preparación:

Se limpia y se desmiga a mano el bacalao, se le dan varias aguas para que pierda sal durante doce horas. Se lleva a una fuente y se marina en aceite con culantro picado durante cuatro horas.

Se pican a cuchillo las endibias y las fresas, se ligan se aderezan con el aceite del marinado, se rectifican de sal y pimienta.. Se coloca el bacalao desmigado sobre la liga y se sirve.

Receta recogida en Lepe (Huelva)

ENSALADA DE GARBANZOS CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

Medio kilo de garbanzos

un vaso de aceitunas negras sin hueso

un huevo duro

seis cucharadas de aceite

sal y pimienta.

dos tomates

doscientos gramos de bacalao en salazón

una cebolla

dos cucharadas de vinagre

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, dándole varias aguas, se blanquea diez minutos y se escurre, se limpia y se desmiga.

Se dejan los garbanzos en remojo toda la noche en el agua de uno de los cambios del bacalao.

En esa agua se cuecen.

Se prepara una vinagreta con seis cucharadas de aceite, dos de vinagre, se salpimienta.

Se pelan los tomates, se les quitan las pepitas, se cortan en dados. Se pela la cebolla y se pica, se ligan, se añaden los garbanzos, el bacalao desmigado, las aceituna cortadas en aritos, se riega con la vinagreta y se liga.

Se adorna con perejil picado y rodajas de huevo duro. Se sirve acompañada de un ponche de melocotón

Esta receta es típica de la Sierra de Huelva, se puede hacer con bacalao en salazón, con atún, con jamoncito picado, incluso con sardinas embarricadas. La tomábamos por las tardes como remojón después del trabajo en Mina Soloviejo en los años sesenta.

ENSALADA DE PAPAYA Y BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao en salazón
un cogollo
un limón
vinagre*

*tres papayas
un aguacate
aceite
sal y pimienta*

Preparación:

Se desala el bacalao dándole varias aguas durante veinticuatro horas; se escurre, se limpia, se desmenuza en hebras y se reserva.

Se pela la papaya, se trocea y se corta en dados diminutos. Se pela el aguacate, se trocea se corta en dados diminutos, se riegan con zumo de limón para que no ennegrezca, se limpia el cogollo, se corta para ensalada.

Se mezclan el cogollo, el aguacate, el mango y las hebras de bacalao, se adereza con aceite, vinagre, sal y pimienta, se sirve.

Receta de Cristina Pérez de Moia (Barcelona)

ENSALADA DE SETAS Y BACALAO AHUMADO

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de champiñones
seis rabanitos
dos limones
un chorrito de nata líquida
dos cucharadas de mostaza francesa*

*un paquete pequeño de bacalao ahumado
un cogollo
un ramillete de cebollinos
dos cucharadas de aceite
sal y pimienta.*

Preparación:

Se lava el cogollo, se escurre, se pica a cuchillo y se reserva en una ensaladera con agua.

Se pelan los rabanitos, se lavan, se escurren, se trocean en rodajitas finas y se reservan.

Se cortan los champiñones en carpacho, se marinan con zumo de limón dos horas.

Se pica el cebollinos en juliana, se lleva a un bol, se añaden la mostaza, el zumo de limón, se adereza con sal y pimienta, se mezcla, se añade la nata y se bate con el tenedor.

Se emplata la lechuga, se añaden los rabanitos, los champiñones, el bacalao picado a cuchillo, se riega con la salsa y se sirve. Se puede hacer un emplatado individual.

Receta recogida en Isla Cristina. También se puede preparar con gurumelos.

ENSALADA MEDITERRÁNEA DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un paquete de bacalao ahumado
una zanahoria
una cebolla
una cucharada de vinagre*

*un pimiento asado
aceite
una lata pequeña de guisantes
sal y pimienta.*

Preparación:

Se pica a cuchillo el bacalao ahumado, se le liga una lata de maíz dulce, un pimiento asado cortado en tiras pequeñas, una zanahoria cocida cortada en rodajas, la cebolla picada y los guisantes de la lata, se adereza con aceite, vinagre, sal y pimienta, se sirve fría.

Receta adaptada de una de Mar Rodríguez

ENSALADA MILANESA DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un paquete de bacalao ahumado (200 gr)
un pimiento asado
aceite
un limón*

*una lata de maíz dulce cocido
una zanahoria
champiñones
sal y pimienta.*

Preparación:

Se maceran los champiñones picados en el zumo de limón durante cuatro horas. Se les añade el bacalao picado a cuchillo, una lata de maíz dulce, un pimiento asado cortado en tiras pequeñas, una zanahoria cocida cortada en rodajas, se adereza con el aceite del bacalao ahumado, sal y pimienta, se sirve fría.

Adaptada de una de Mar Rodríguez

ENSALADA PROVENZAL DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

<i>Un paquete de bacalao ahumado de 150 gr</i>	<i>dos tomates</i>
<i>dos zanahorias</i>	<i>un pimiento</i>
<i>una cebolla</i>	<i>vinagre</i>
<i>pepinillos</i>	<i>alcaparras</i>
<i>azúcar</i>	<i>sal y pimienta.</i>

Preparación:

Se ralla la zanahoria, se le ligan el bacalao ahumado picado a cuchillo, el tomate pelado y sin pepitas, el pimiento picado, la cebolla picada, se liga y se reserva.

En un almirez se majan la cucharadita de azúcar, la sal, la pimienta y las alcaparras, se le añade la cucharada de vinagre y el chorreón de aceite. Se aliña la ensalada con la vinagreta y se sirve.

Receta recogida en Isla Cristina

ENSALADA RIVIERA DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

<i>Un paquete de bacalao ahumado de 150 gr</i>	<i>una lata pequeña de maíz</i>
<i>dos zanahorias</i>	<i>una lata pequeña de guisantes</i>
<i>un pimiento</i>	<i>aceitunas negras</i>
<i>aceite</i>	<i>vinagre</i>
<i>pepinillos</i>	<i>alcaparras</i>
<i>azúcar</i>	<i>sal y pimienta.</i>

Preparación:

Se ralla la zanahoria, se le liga el bacalao picado a cuchillo, el maíz, los guisantes, el pimiento picado, las aceitunas negras picadas. Se ligan y se reserva.

En un almirez se majan la cucharadita de azúcar, la sal, la pimienta, los pepinillos picados y las alcaparras, se le añade la cucharada de vinagre y el chorreón de aceite. Se aliña la ensalada con la vinagreta y se sirve.

Receta recogida en Isla Cristina

ENSALADA RUSA DE BACALAO

Ingredientes. (4 personas)

*Medio kilo de patatas
una lata pequeña de guisantes
unas aceitunas sin hueso
unas tiras de pimiento morrón*

*un cuarto de kilo de zanahoria
un paquete de bacalao ahumado (200 gramos)
un tazón de mayonesa
sal.*

Preparación:

Se cuecen las patatas en agua con sal como media hora, se pelan, se pican en daditos muy pequeños y se reservan.

Se pelan las zanahorias y se cuecen, se pican en daditos muy pequeños, se ligan con las patatas. Se les ligan los guisantes, el bacalao ahumado con su aceite, las aceitunas picadas, la mayonesa y sal. Se remueve muy bien, y se deja enfriar en la nevera.

Se recubre con mayonesa, se adorna con tiras de pimiento rojo y aceitunas.

Receta adaptada de una de Mar Rodríguez

ESCALIBADA CON BACALAO AHUMADO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de cebollas
medio kilo de berenjenas
un vaso de aceite
aceitunas negras.*

*medio kilo de tomates
medio kilo de pimientos
doscientos gramos de bacalao ahumado*

Preparación:

Se asan en el horno las cebollas, los tomates, las berenjenas y los pimientos. El caldo que sueltan se reserva. Se pelan por separado y se pican a cuchillo, se riegan con aceite y se dejan una hora que tomen bien el sabor del aceite de oliva. Se pican las aceitunas y bacalao ahumado también a cuchillo, se riega el bacalao con su aceite.

Se escurren y se colocan en una copa de vidrio transparente, formando capas alternas de cebolla, tomate, bacalao, berenjena, aceitunas, mojama y pimiento. Se riega con el caldo de asar las hortalizas, ligado con una chispa de aceite y vinagre.

Receta recogida en Isla Cristina; se puede sustituir el bacalao ahumado por bacalao desalado y desmigado.

ESPAGUETIS AL BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

Medio kilo de espaguetis, 350 gramos de bacalao, un limón, media cebolla, la cuarta parte de una cucharadita de piri-piri, dos cucharadas de perejil, 8 cucharadas de aceite, una patata pequeña cocida.

Preparación:

Se escalda el bacalao un minuto y se deja en agua, cambiándola varias veces seis horas. Se escurre, se seca y se desmiga. La última agua se cuele y se reserva.

Se lleva a un dornillo, se riega con el zumo del limón, se le añade la cáscara rallada, la cebolla picada, el piri-piri, el aceite, el perejil picado y la patata mecha puré. Se remueve y se deja reposar un par de horas.

Se cuecen los espaguetis con el agua que se había reservado siguiendo las instrucciones del fabricante impresas en el paquete, se escurren se agregan al dornillo, se mezclan y se sirven.

Si notamos que falta aceite para nuestro gusto, se añade un poco más.

Receta de nuestro amigo Cossimo, napolitano residente en Sevilla

ESPÁRRAGOS RELLENOS DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Una docena de espárragos blancos
un tazón de salsa mayonesa*

*150 gr de bacalao ahumado
unas alcaparras.*

Preparación:

“Se limpian y preparan los espárragos, se les quita el troncho y se abren por la mitad a lo largo.

Se napa una mitad con tiras de bacalao ahumado, se pinchan con dos palillos para que no se abran y se cubre con la otra mitad y se llevan a una fuente de horno. Se cubren con mayonesa y se gratinan al horno hasta que dore la salsa. Se quitan los palillos, se adornan con las alcaparras y se sirven calientes.”

Esta receta la recogimos en la Feria de Abril de Sevilla del 2005

ESPÁRRAGOS RELLENOS DE PATE DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un bote de espárragos
almendra molida
pan rallado
espinacas*

*un huevo
pate de bacalao
un vaso de bechamel
aceite.*

Preparación:

Se cuecen las espinacas y se trituran a cuchillo. Se ligan con la bechamel en caliente y se llevan como fondo a platos individuales.

Se cortan los espárragos a lo largo, se rellenan con el pate de bacalao y se cierran. Se pasan por huevo, por almendra molida y se fríen en aceite.

Se colocan sobre el fondo y se sirven.

Receta adaptada de una del Libro Sesenta y Nueve Formas de Preparar los Espárragos de José Maria Carmona Editado por Editorial Tristana

ESPÁRRAGOS SOBRE TOMATE CON AHUMADO

Ingredientes: (4 personas)

*Un bote de espárragos
cuatro cucharadas de aceite
sal y pimienta.*

*dos tomates
un paquete de bacalao ahumado*

Preparación:

En platos individuales se ralla el tomate pelado y sin pepitas, se aliña con aceite, sal y pimienta.

Se colocan los espárragos sobre el fondo de tomate, se napan con tiras de bacalao ahumado y se sirven.

Receta familiar, se puede hacer con salmorejo, pero mata un poco el sabor.

FIDEUA CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao en salazón
medio kilo de fideos para fideua
tres tomates
tres hebras de azafrán
doce mejillones
sal y pimienta.*

*un cuarto de kilo de gambas peladas
dos dientes de ajo
una cucharadita de pimentón
litro y medio de caldo de pescado
medio vaso de aceite*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se escurre se desmiga y se blanquea cinco minutos. Se saca y se reserva.

Se abren los mejillones al vapor, se les quitan las valvas y se cuele el caldo.

En la paella con aceite, se doran las gambas y el bacalao desmigado. Se ralla el tomate pelado y sin pepitas, el ajo picado, el pimentón y las hebras de azafrán. Se rehoga dos minutos, se añade el caldo de pescado y el de abrir los mejillones, cuando rompa a hervir se añaden los fideos, se deja hervir a fuego bajo. Pasado un cuarto de hora se verifica si necesita mas caldo, se añade el pescado y se lleva la paella al horno cinco minutos, se saca y se sirve adornando con los mejillones

Receta de la Tía Maria Luisa.

FILETES RUSOS DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
cuatro cucharadas de vinagre de manzana
unas cucharaditas de cebolla frita
pimentón
un limón
cuatro huevos*

*cuatro pepinos
azúcar
perejil
dos cucharadas de pan rallado
una cucharada de salsa de soja
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante toda un día cambiando el agua varias veces.

Se pelan los pepinos, se cortan en rodajas y se maceran en un recipiente con cuatro cucharadas de vinagre, cuatro cucharadas de azúcar, sal y perejil picado muy fino. Si hace falta se le añade un pelin de agua.

Se limpia el bacalao, se desmiga y se le añaden las ralladuras del limón, los huevos batidos, la salsa de soja, el pimentón y se homogeniza. Se hacen las tortas, se pasan por huevo batido y pan rallado y se fríen moderadamente en aceite de oliva por ambos lados.

Se emplatan las rodajas de pepino, sobre ellas los filetes rusos, unas rodajas de limón y unas cucharadas de cebolla frita como salsa.

Receta de Rosario Estévez, procede de su abuela materna. La abuela Maria los hacia prácticamente igual con gambas y rape.

FILLOAS RELLENAS DE BACALAO Y SALMÓN

Ingredientes: (4 personas)

*Un paquete de bacalao ahumado
ocho gambas cocidas
cuatro langostinos
cilantro, aceite
una cucharada de harina
puré de manzana*

*medio paquete de salmón ahumado
dos anchoas
alcaparras
sal, un huevo
medio vasito de leche
mantequilla y aceite.*

Preparación:

Se hacen las filloas, vertiendo la harina, y un pelin de sal en un cuenco, se añade la leche y se bate, se añade el huevo y se sigue batiendo, se añade la mantequilla y se continua batiendo hasta tener una pasta homogénea.

En una sartén, untada con aceite, se vierten dos cucharadas de la pasta, hasta tener una lamina, que cuaja. Una vez cuajada se le da la vuelta con una pala de madera, hasta que cuaje por las dos caras. Se hace una crema espesa, triturando las gambas, los langostinos, las alcaparras, las anchoas, el aceite, el cilantro y sal. Se rellenan las filloas con esta pasta, se colocan dos tiras una de bacalao ahumado y otra de salmón, se envuelven. Se sirven con puré de manzana dulce.

Receta familiar.

FLAN DE BACALAO AHUMADO

Ingredientes: (4 personas)

*Ciento cincuenta gramos de bacalao ahumado
media cucharada de perejil picado
un litro de leche
dos cucharadas de azúcar*

*una cebolla
una cucharada de puré de patata
una cucharada de aceite
cuatro huevos.*

Preparación:

Se corta el bacalao en lonchas, se pican a cuchillo, se untan en su aceite.

En una sartén se prepara un fondo con la cebolla, aceite y perejil picado. Se pasa por una trituradora.

Se añade la fécula a la leche, se remueve, se le añaden las yemas batidas, la el bacalao, el fondo, y las claras batidas; se añade el azúcar, se lleva la mezcla a una flanera, se cuece a baño Maria hasta que cuaje, se desenmolda y se sirve.

GARBANZAS CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un cuarto de kilo de bacalao en salazón
una cebolla
un tomate
aceite
una presita de tocino.*

*medio kilo de garbanzas
una cabeza de ajo
una cucharada de pimentón
una morcilla*

Preparación:

Se dejan en remojo toda la noche las garbanzas y el bacalao, cambiando el agua de vez en cuando. Las garbanzas hinchan y el bacalao desala.

Se saca el bacalao, se limpia, se le quitan las espinas con unas pinzas, se corta en trocitos y se lleva a una cazuela junto con los garbanzos.

Se añaden la cabeza de ajo limpia, la cebolla cortada en cascotes, el tomate entero, la morcilla, un chorro de aceite, el trocito de tocino y el pimentón.

Se lleva al fuego y se deja cocer hasta que las garbanzas estén hechas. Se pasan a una fuente sopera y se sirven.

Receta recogida en el Campo de Tejada (Huelva). La garbanza es una variedad de garbanzo mayor y de mejor cochura y paladar, según sus productores.

GARBANZOS CON ALBÓNDIGAS DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un vaso de garbanzos
una hoja de laurel
dos dientes de ajo
tocino*

*un cuarto de kilo de albondiguillas de bacalao
media cebolla
medio vaso de tomate frito
sal y pimienta.*

Preparación:

Se dejan los garbanzos y el bacalao en remojo toda la noche cambiando el agua varias veces. Se preparan las albondiguillas de bacalao siguiendo la receta de la página num , pero liándolas más pequeñas, algo mayores que canicas.

Se cuecen los garbanzos con la hoja de laurel y una chispa de sal. Una vez cocidos, se sacan, se escurren y se reservan.

Se prepara una fritada con la cebolla, el ajo, la salsa de tomate y el tocino picado. Se añaden los garbanzos y las albondiguillas, se les dan unas vueltas para que tomen sabor y se sirven.

Receta recogida en Escacena del Campo (Huelva)

GARBANZOS CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao en salazón
una cucharadita y media de pimentón
tres cucharadas de aceite
dos gotas de aguardiente seco*

*medio kilo de garbanzos
tres dientes de ajo
una patata
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas dándole varios cambios de agua, se escurre, se limpia y se desmiga. Los garbanzos se dejan toda la noche en agua.

En una cazuela con aceite se sofríe el ajo picado, cuando dore, se espolvorea el pimentón y se rehoga un minuto. Si se rehoga mas tiempo amarga. Se añaden los garbanzos, se cubren con agua, se salpimienta, se vierten dos gotas de aguardiente seco y se lleva al fuego hasta que los garbanzos estén casi hechos.

Se echan la patata cortada en dados y el bacalao desmigado, se cuece diez minutos hasta que la patata este hecha, se rectifica de sal y se sirven.

Receta común, recogida en la terraza del Bar Pepin en Isla Cristina

GARBANZOS CON ESPINACAS Y BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
un paquete de espinacas
dos rebanadas de pan frito
dos cucharadas de harina
una cucharada de pimentón
sal y pimienta.*

*dos vasos de garbanzos
dos huevos duros
dos dientes de ajo
una cebolla
cuatro cucharadas de aceite*

Preparación:

Se dejan en remojo toda la noche los garbanzos y el bacalao limpio, sin espinas y cortado en presas. Se cuecen los garbanzos con la última agua de desalar el bacalao. Se reservan.

En una cazuela de barro con una cucharada de aceite, se fríe la cebolla picada. Cuando dore se añaden un chorrito de agua, dos cucharadas de harina, el pimentón y una chispa de pimienta. Se le dan unas vueltas en el fuego, un par de minutos, se añade un vaso de agua de cocer los garbanzos, se cocina un par de minutos y se añaden los garbanzos.

Se pican las espinacas y en sartén aparte con aceite se saltean; se añaden a la olla. Se pican los huevos duros, se majan en un almirez los ajos junto al pan frito, se añade todo a la olla y finalmente se añaden las presas de bacalao. Se deja hervir cinco minutos y se sirve en la misma olla.

Receta del Bar sito tras el Edificio Prensa en Sevilla. Se puede hacer con acelgas en sustitución de las espinacas

GARBANZOS CON VERDURAS Y BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

Medio kilo de garbanzos cocidos

un puerro

un calabacín

una pastilla de avecrem

sal y pimienta.

un cuarto de kilo de bacalao en salazón

una cebolla

un pimiento morrón asado

seis cucharadas de aceite

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas, se escalda un par de minutos, se escurre, se limpia, se desmiga y se reserva.

Se saltean en aceite el ajo, el puerro y la cebolla, cuando pochen se añaden el calabacín y el pimiento; se ralla el cubito de avecrem, se riega con un vaso de agua, se agregan los garbanzos cocidos y el bacalao. Se cuece un cuarto de hora, se rectifica de sal, de pimienta y se sirve.

Receta de Pilar de la Cruz de Sevilla

GARBANZOS FRITOS CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

Cuatro trozos de bacalao en salazón

una cebolla

cincuenta gramos de tocino cocido

culantro

medio kilo de garbanzos cocidos

seis cucharadas de aceite

harina de freír pescado

sal y pimienta.

Preparación:

Se desala el bacalao doce horas dejándole un punto de sal. Se pasa por harina y se fríe en dos cucharadas de aceite.

Se rehoga en cuatro cucharadas de aceite la cebolla y el tocino cortado en dados diminutos, se añaden los garbanzos cocidos y cuando están casi hechos se riegan con culantro.

Se sirven los filetes de bacalao con el acompañamiento de cocido frito.

Esta receta tiene una variedad, se desmiga el bacalao y se añade a la sartén junto al bacalao, se hace todo junto.

Esta segunda forma de cocinarlos es un plato cortijero, que personalmente me encanta. Es la forma de aprovechar los garbanzos del cocido del día anterior, se trata de una antigua receta familiar de Montejicar (Granada).

GRAÑONES

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de trigo
un cuarto de kilo de judías verdes
un cuarto de kilo de bacalao
un vaso de chirlas
una cucharadita de cominos molidos
cuatro dientes de ajo
un limón*

*cuatro tomates
un cuarto de kilo de alcachofas
un cuarto de kilo de chorizo
un cuarto de kilo de boquerones
dos hebras de azafrán
una cucharadita de pimentón
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao dándole varias aguas durante doce horas, se limpia y se desmiga.

Se abren las chirlas al vapor, se les quita una de las valvas. Se limpian los boquerones. Se pela el trigo y se cuece en el caldo de abrir las almejas. Se quitan las hojas exteriores de las alcachofas y se cortan las puntas, se riegan con zumo de limón.

En una olla de barro se prepara un refrito con los tomates pelados y sin pepitas, las judías verdes y las alcachofas.

En un almirez se majan los cominos, el azafrán, los dientes de ajo, se salpimenta y se riega con una chispa de agua de cocer el trigo. Se añade a la olla.

Se agregan a la olla litro y medio de agua, el pimentón el caldo de abrir las almejas, el trigo, las almejas, los boquerones, el bacalao, los chorizos troceados, se salpimenta se cuece diez minutos y se sirve.

Se trata de un plato malagueño. Esta receta es de Josefita Serrano de Málaga.

HABAS CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro rodajas de bacalao fresco
dos tomates
tomillo
un vaso de aceitunas negras
picatostes*

*medio kilo de habitas baby peladas
dos cebollas
dos dientes de ajo
cuatro cucharadas de aceite
sal y pimienta.*

Preparación:

Se cuecen las habas cinco minutos; se reservan.

Se rehogan la cebolla cuando blanquee, se añade el ajo picado, el tomate pelado y sin pepitas, cuando reduce el agua que suelte, se añaden las habas peladas, el tomillo molido, el comino molido, sal y pimienta, se deja cocer un cuarto de hora.

Se asa el bacalao a la plancha por ambos lados hasta que dore, en total unos cinco minutos.

Se emplatan las habas, se cubren con el pescado y se acompaña con picatostes untados con un pate de aceitunas negras.

Receta recogida en Granada, en Purullena (Granada) encontramos otra receta similar.

HAMBURGUESAS DE PESCADA Y BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de pescada
cuatro rebanadas de pan de molde
cuatro huevos
un limón
aceite*

*ocho lonchas de bacalao ahumado
pimentón
perejil
unas cucharaditas de cebolla frita
sal y pimienta.*

Preparación:

Se le quita la corteza a las rebanadas de pan de molde y se fríen en aceite; se reservan sobre un trozo de papel de cocina que escurran y suelten el aceite.

Se pican la pescada y el bacalao ahumado a cuchillo, se le añaden las ralladuras del limón, los huevos batidos, el pimentón, el perejil picado y se homogeniza. Se hacen las hamburguesas, y se fríen en aceite de oliva por ambos lados.

Se emplatan los picatostes, sobre ellas las hamburguesas, unas rodajas de limón de adorno y unas cucharadas de cebolla frita como salsa.

Receta adaptada de una de Isabel Garcés de Huelva. Hay una receta noruega muy similar, emplea perros por cebolla, solo pescado fresco y sin pimentón.

HÍGADOS DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un paquete de mini tostas
ocho cucharadas de aceite
una chalota
unas alcaparras*

*medio kilo de hígados de bacalao
cuatro cucharadas de mantequilla
unas cebolletas
un vaso de salmorejo*

Preparación:

Se pican la chalota y las cebolletas, se doran en una sartén con el aceite y la mantequilla, se añaden las alcaparras y los higaditos, se rehogan y se pasan por un chino. Se obtiene una pasta homogénea parecida a un pate.

Se napan las mini tostas con salmorejo, se cubren con una porcion de la pasta, se adornan con una alcaparra y se sirven.

Receta recogida en Punta Umbría.

HÍGADOS FRITOS

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de hígados de bacalao
harina de freír pescado
sal y pimienta*

*aceite
piripiri*

Preparación:

Se lavan los hígados, se escurren, se secan con papel de cocina, se salpimientan y se pasan por harina a la que se la ha ligado una chispa de piripiri.

Se fríen en aceite, se dejan escurrir y se colocan sobre un papel de estraza para que suelten aceite. Se sirven.

Esta receta es una tapa exquisita que se puede degustar tanto en Isla Cristina como en Ayamonte

HOJALDRE DE BACALAO AHUMADO

Ingredientes: (4 personas)

*Dos hojas de hojaldre
un tomate
aceite.*

*un paquete de 150 gramos de bacalao ahumado
una cucharada de salsa de soja*

Preparación:

Se forra una fuente de horno con una lamina de hojaldre, se napa con tomate fresco rallado ligado con una cucharada de salsa de soja, se cubre con las laminas de bacalao ahumado, se cubre con tomate rallado ligado con salsa de soja y se cierra con otra lamina de hojaldre. Se lleva al horno hasta que este hecho el hojaldre. Se deja enfriar, se corta en cuadraditos y se sirve

Receta de Macarena Romero de Valencina (Sevilla)

HOJAS DE COL RELLENAS DE BRANDADA

Ingredientes: (4 personas)

*Dieciséis hojas de col
dos vasos de aceite
un limón*

*medio kilo de bacalao
medio vasito de crema de leche
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao en agua durante veinticuatro horas, cambiándola varias veces. Se limpia, se trocea y se lleva a una cazuela de barro con aceite colocando las presas con la piel hacia arriba.

Se remueve lentamente y se aplasta con una cuchara de madera, hasta conseguir una crema homogénea. Se riega con la nata, se añade la patata hecha puré con un tenedor, se agrega otro vaso de aceite y se trabaja hasta tener una pasta suave. Se añade el zumo del limón, se salpimenta y se continua trabajando.

Se cuecen las hojas de col en el agua del ultimo cambio de desalar el bacalao con cuidado de que no se rompan. Se sacan se escurren y se rellenan con la brandada, se cierran en caja y se sirven acompañadas de una salsa.

Receta recogida en Cortegana (Huelva). Hay una variedad y es que rellenan la mitad de las hojas con brandada y la otra mitad con setas salteadas, ¡queda muy bien!

HUEVA E HÍGADO EN PATE

Ingredientes: (4 personas)

*Un cuarto de kilo de hígado de bacalao
Un cuarto de kilo de hueva de bacalao
un diente de ajo
tomillo*

*doscientos gramos de mantequilla
medio vasito de jerez
albahaca
sal y pimienta.*

Preparación:

Se cuece la hueva y se corta en rodajas, se fríen los hígados y se llevan con la hueva al vaso de la batidora, se añaden la mantequilla, el jerez, el ajo picado, la albahaca, el tomillo, se salpimienta y se bate hasta tener una mezcla homogénea.

Se envasa en un tarro, se mete en la nevera, y pasada una hora estará listo para su consumo.

Receta propia.

HUEVAS AL MOSTO

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de huevas
dos pimientos
dos huevos duros
tres cucharadas de vinagre
sal y pimienta*

*una cebolla
un tomate
diez cucharadas de aceite
medio vasito de mosto*

Preparación:

Se pinchan las huevas y se cuecen, se escurren, se secan y se cortan en ruedas.

Se prepara un picadillo con el tomate pelado y sin pepitas, la cebolla y los pimientos. Se le añaden los huevos duros picados, las huevas, se adereza con aceite, vinagre, el vasito de mosto, se salpimienta, se lleva al fresco una hora y se sirve.

Receta de Dolores Blanco de Umbrete (Sevilla)

HUEVAS ALIÑADAS

Ingredientes: (4 personas)

Medio kilo de huevas de bacalao

un tomate

vinagre

un pimiento

aceite

sal.

Preparación:

Se cuecen las huevas en agua con sal, con un cuarto de hora basta. Se trocean y se reservan.

Se prepara una pipirrana, troceando muy menudo la cebolla, el pimiento y el tomate sin pepitas. Se elabora una vinagreta con tres partes de aceite, y una de vinagre, se rectifica de sal.

Se ligan las huevas cocidas con la pipirrana y se adereza con la vinagreta, se emplatan en una fuente y se llevan al frío.

Plato de la Cocina Tradicional de la Costa de Huelva

HUEVAS CON BECHAMEL

Ingredientes: (4 personas)

Medio kilo de huevas de bacalao

un vaso de leche

medio vaso de nata

queso rallado

un manojo de espinacas

una cucharada de harina

tres cucharadas de mantequilla

sal y pimienta.

Preparación:

Se cuecen las espinacas con agua y sal, un cuarto de hora. Se limpian, se pican en juliana y se rehogan con una cucharada de mantequilla. Se colocan en el fondo de una fuente de horno. Sobre ellas se colocan las huevas.

Se liga una salsa bechamel con la leche, la cucharada de harina, la nata y la mantequilla. Se salpimenta.

Se cubren las huevas con la salsa bechamel y se lleva la fuente a un horno a 180 grados, se hornea unos veinte minutos, se napa con mantequilla, queso rallado y se gratina otros cinco minutos. Se sirve en la misma fuente.

Receta común

HUEVAS CON MAYONESA

Ingredientes: (4 personas)

Medio kilo de huevas de bacalao

una lechuga

un bote de mayonesa

sal.

Preparación:

Se cuecen las huevas en agua con sal, con un cuarto de hora bastara. Se cortan en trocitos y se reservan.

Se lava la lechuga y se trocea, se liga con las huevas y se le añade la mayonesa. Se emplata en una fuente y se lleva al frigorífico.

Se trata de una receta típica de la Costa de Huelva. Esta es del Restaurante Marchena en Isla Cristina (Huelva)

HUEVAS DE BACALAO EN ENSALADA

Ingredientes: (4 personas)

Trescientos gramos de hueva de bacalao

cuatro tomates

dos cucharadas de vinagre

un pimiento verde

doscientos gramos de patatas

dos cebollas

dos cucharadas de aceite

sal.

Preparación:

Se cuecen las huevas, se dejan enfriar y se cortan en rodajas finas, se reservan. Se cuecen las patatas, se pelan y se cortan en rodajas finas, se reservan.

Se limpian y pelan los tomates, se pican. Se limpia el pimiento y se pica, mezclándolo con el tomate. Se corta la cebolla en rodajas finas.

En una fuente se emplatan en capas las rodajas de patatas, las rodajas de huevas, las rodajas de cebolla, la mezcla de tomate y pimiento picados, sucesivamente. Se aliña con aceite y vinagre, se añade la sal, y se deja enfriar en el frigorífico una hora antes de servir.

La hacen exquisita en el Bar Terraza de Isla Cristina (Huelva).

HUEVAS EN SALSA DE CAVA

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de huevas
un bote de mayonesa
una hoja de laurel*

*un vaso de cava brut
una cebolla
sal*

Preparación:

Se cuecen las huevas quince minutos, con agua, sal y la hoja de laurel. Se reservan en una fuente de hornear.

Se liga la mayonesa con el vaso de cava con mucho cuidado, para que ligue bien. Se cubren las huevas con la salsa y se gratina un par de minutos. Se sirven en la misma fuente.

La receta es de Montse Rivas, Tarrasa (Barcelona)

HUEVAS REBOZADAS Y FRITAS

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de huevas
un huevo
mayonesa*

*harina de rebozar
aceite
sal.*

Preparación:

Se escaldan las huevas unos minutos, se trocean, se les añade sal y se reservan. Esta operación se hace para poder cortarla con facilidad.

Se pasan los trozos por harina y huevo batido, se fríen en aceite abundante.

Se sirven acompañadas de salsa mayonesa.

Receta tradicional de la Costa de Huelva.

HUEVOS ESCALFADOS CON BACALAO AHUMADO

Ingredientes: (4 personas)

*Ocho huevos
queso rallado*

*un bote de bacalao ahumado
ocho rebanadas de pan tostado.*

Preparación:

Escalfas los huevos en agua hirviendo, los sacas, los escurre y los colocas en una fuente de horno sobre el pan tostado. Se cubren con una loncha de bacalao, se napan con mantequilla, se espolvorea con queso rallado, se gratina a 170° un minuto o dos y se sirven.

Receta de Georgina Díaz de Huelva.

HUEVOS RELLENOS CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Ocho huevos duros
dieciséis mejillones
una cucharada de mostaza
perejil
media lechuga
sal y pimienta.*

*cien gramos de bacalao en salazón
cien gramos de mantequilla
un limón
un tomate
un tazón de bechamel*

Preparación:

Se desala el bacalao durante doce horas, se escurre, se seca, se limpia y se desmiga.

Se abren los mejillones al vapor, se les quitan las valvas y se reservan.

Se cortan los huevos duros por la mitad, se le quitan las yemas, y se reservan.

Se mezcla íntimamente el bacalao desmigado, con la mantequilla, y la mitad de las yemas de los huevos duros, hasta obtener una pasta suave, se le añade la mostaza, el perejil, y el zumo del limón, se continua mezclando, se rectifica de sal y pimienta, y se termina de mezclar. Se obtendrá una pasta.

Se rellenan los huevos con la pasta así obtenida, se napan con la mayonesa, se espolvorean con ralladura de huevo duro, se adornan con los mejillones, y se sirve en una fuente con un lecho de lechuga y rodajas de tomate.

Receta común.

HUEVOS RELLENOS CON BACALAO AHUMADO

Ingredientes: (4 personas)

*Ocho huevos duros
cien gramos de mantequilla
un limón
un tomate
sal y pimienta.*

*un paquete de bacalao ahumado
una cucharada de mostaza
perejil
media lechuga*

Preparación:

Se cortan los huevos duros por la mitad, se le quitan las yemas, y se reservan. Se mezcla íntimamente el bacalao ahumado picado a cuchillo, con la mantequilla, y la mitad de las yemas de los huevos duros, hasta obtener una pasta suave, se le añade la mostaza, el perejil, y el zumo del limón, se continúa mezclando, se rectifica de sal y pimienta, y se termina de mezclar. Se obtendrá una pasta. Se rellenan los huevos con la pasta así obtenida, se espolvorean con ralladura de huevo duro, y se sirve en una fuente con un lecho de lechuga y rodajas de tomate.

Receta común.

HUMUS CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de garbanzos
dos dientes de ajo
seis cucharadas de aceite
sal y pimienta.*

*medio kilo de bacalao
una cucharada de ajonjolí molido
dos cucharadas de zumo de limón*

Preparación:

Se llevan el bacalao y los garbanzos a una palangana con agua, dándole varias aguas durante ocho horas. Se sacan y se reserva la última aguada. Se cuece el bacalao en agua fresca diez minutos, se saca, se escurre, se limpia y se corta en tiras finas. Se cuecen los garbanzos con el agua de la última aguada, se escurren y se pasan por el chino, se llevan a un dornillo, y se les liga el aceite poco a poco, como si fuese mayonesa, se le añaden el ajonjolí y el ajo pasados por un almirez y con una chispa de aceite. Se riega con el zumo de limón, se salpimenta y se deja de remover. Se deja reposar media hora y se sirve el Humus en el dornillo y el bacalao aparte. Se come tomando una porción de humus con la tirita de bacalao y paso atrás.

Receta hispano árabe de Moshe Nasser, recogida en Isla Cristina

LASAÑA DE BACALAO AHUMADO

Ingredientes: (4 personas)

*Un paquete de lasaña
una lata de filetes de anchoa
unas alcaparras
una cucharada de mostaza francesa
un huevo duro.*

*dos paquetes de bacalao ahumado
doce lonchas de queso fresco
un vaso de mayonesa
zanahoria encurtida*

Preparación:

Se cuece la lasaña siguiendo las instrucciones del fabricante impresas en el paquete. Una vez cocidas las hojas, se sacan se escurren y se secan.

Se emplata en una fuente, un lecho de hojas de lasaña, una capa de lonchitas de bacalao ahumado, una capa de filetes de anchoa picados a cuchillo, una capa de lonchas de queso fresco; se repite la serie terminando con una capa de hojas de lasaña. Se riega con la mayonesa ligada con la mostaza, se adorna con alcaparras y zanahoria encurtida, se le ralla el huevo duro y se sirve.

Receta recogida en Isla Cristina (Huelva)

LASAÑA DE BACALAO Y GAMBAS

Ingredientes: (4 personas)

*Dos botes de bacalao ahumado
un cuarto de kilo de gambas peladas
dos tomates
aceite
dos dientes de ajo
sal y pimienta.*

*un paquete de lasaña
albahaca
una copa de vino fino
media cebolla
un vasito de fume*

Preparación:

Se cuece la lasaña siguiendo las instrucciones del fabricante impresas en el paquete. Se sacan, se escurren y se reservan.

Se rehoga la cebolla picada en aceite, cuando comience a blanquear, se añade el ajo cortado en laminas, se rehoga unos minutos, se añaden las gambas picadas a cuchillo, un vasito de fume de pescado, el vino, se deja reducir, se tritura, se vuelve a la sartén, se le ralla el tomate pelado y sin pepitas, cuando pierde el agua que suelta, se pasa por el chino.

Se emplata una capa de lasaña, salsa, bacalao ahumado, lasaña, salsa, bacalao y lasaña, se riega con el resto de la salsa y se sirve. Se puede hacer con mayonesa en sustitución de la salsa.

LOMOS DE BACALAO A LA CREMA DEL CASAR

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de lomos de bacalao
cuatro cucharadas de aceite
tres cucharadas de mantequilla
cuatro cucharadas de crema de leche*

*un manojo de espárragos trigueros
cien gramos de queso del Casar
dos cucharadas de pan rallado
un limón, sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao entre doce y veinticuatro horas, según el gados de sal que se desee, dándole varias aguas. Se trocea en cuatro supremas, se limpia, se le quitan las espinas, se blanquea cinco minutos y se deja escurrir.

Se derrite la mantequilla en un cacillo, se le añade el queso rallado y el pan rallado, se pone a fuego lento y se remueve bien para que no haga grumos. Se añade la crema de leche, un chorrillo de limón, se salpimenta y se cuece cinco minutos.

Se fríen los espárragos con aceite.

Se emplatan las supremas de bacalao, se acompañan con los espárragos fritos, se riega con la salsa y se sirve.

Una receta similar a esta la tomamos en el Restaurante del Hotel Vereda Real de Valencina (Sevilla)

LOMOS DE BACALAO CON GARBANZOS

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de lomos de bacalao
dos cebollas
dos huevos duros
una hoja de laurel
media cucharada de pimentón
sal y pimienta.*

*medio kilo de garbanzos
diez nueces
una cucharada de perejil
una cucharada de pan rallado
un trozo de tocino*

Preparación:

Se remojan los garbanzos y el bacalao doce horas cambiando el agua de vez en cuando. Se sacan los garbanzos y se cuecen en agua con una hoja de laurel y una cebolla cortada en cascos. Se sacan se escurren y se reservan en una ensaladera. Se cuece el bacalao hasta que rompe a hervir, se saca se escurre, se limpia y se trocea. Se refrie una cebolla picada junto al perejil, se añaden las presitas de bacalao y se doran diez minutos. Se majan las nueces, las yemas de los huevos, el pan rallado, el pimentón y la pimienta. Se añade a la sartén con la cebolla, se les dan unas vueltas y se vierte sobre los garbanzos, se les dan unas vueltas y se sirven. Se puede hacer añadiendo los garbanzos a la sartén.

Receta recogida en el Campo de Tejada en (Huelva)

LOMOS DE BACALAO CON SALSA BILBAÍNA

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de bacalao
una chispa de guindilla molida
aceite de oliva*

*cuatro dientes de ajo
una cucharada de perejil
aceitunas negras.*

Preparación:

Se corta el bacalao en dados y se desala durante seis horas cambiando el agua varias veces. Se escurre, se lleva a una fuente refractaria untada con aceite, se rocía con aceite y se hornea a horno bajo un cuarto de hora. Se fríe el ajo laminado, se añade una chispa de guindilla molida, se añade el perejil picado y se vierte sobre el bacalao. Se pican las aceitunas y se trituran con aceite hasta obtener una salsa. Se sirve el bacalao acompañado de patatas cocidas, encurtido de zanahoria y la salsa de aceitunas.

Receta recogida en Castro Marín (Portugal)

MELÓN CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

Un melón

un paquete de bacalao ahumado

dos cucharadas de aceite y sal.

Preparación:

“Se corta el bacalao ahumado en laminas muy finas con un cuchillo de cortar jamón. Se emplata, se sazona y se riega con aceite de oliva extra.

Se corta el jamón en taquitos, se escurre el aceite del bacalao y se pinchan ambos sobre el melón con un palillo. Se sirve.”

Queda muy bien como canapés en bodas, bautizos etc

MENUDO DE CUARESMA

Ingredientes: (4 personas)

Un cuarto de kilo de callos hervidos

cien gramos de jamón

dos cebollas

seis pimientos de piquillo

un diente de ajo

una pastilla de avecrem

diez almendras

medio kilo de bacalao en salazón

cien gramos de chorizo

dos cucharadas de harina fina

una guindilla

una cucharada de perejil

un vaso de aceite

sal y pimienta.

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se escalda hasta que suba espuma y se saca, se escurre, se limpia y se desmiga. Se reserva.

En una cazuela de barro con aceite, se fríen el jamón y el chorizo picados a cuchillo, entre cinco y diez minutos. Se sacan y se reservan.

En la misma sartén y aceite se fríe la cebolla picada, se añade la harina y se deja cocinar hasta que dore un poco.

En un almirez se majan las almendras y los ajos, se añade un chorrillo de caldo, se lleva a la cazuela, se agregan los callos, el jamón, el chorizo, los pimientos de piquillo cortados en tiras diminutas, la guindilla y el caldo. Se deja hervir a fuego medio una hora, si reduce mucho, se añade algo mas de agua.

Se añaden las migas de bacalao, se le dan unas vueltas al guiso se cocina cinco minutos, que tome bien el sabor y se sirven.

Receta familiar. En Gines (Sevilla) hemos encontrado un menudo con bacalao muy similar, utiliza menudo preparado y solo difiere en la cantidad doble de bacalao que de menudo.

MILHOJAS DE BACALAO Y CEBOLLA

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao fresco
medio kilo de cebollas
un vaso de nata liquida
sal y pimienta.*

*medio kilo de patatas
cuatro cucharadas de queso manchego rallado
dos cucharadas de mantequilla*

Preparación:

Se escalda el bacalao en agua hirviendo cinco minutos, se limpia y se desmiga.
Se pelan las patatas, se cortan en rodajas finas. Se pela la cebolla y se corta en rodajas.
En una fuente engrasada se coloca una capa de patatas, se cubre con una capa de bacalao desmigado, una de cebolla, una de bacalao, una de cebolla y otra de patata. Se riega con la nata, se espolvorea con el queso rallado y se cubre con pegotitos de mantequilla. Se introduce en un horno calentado a 180°, se hornea tres cuartos de hora, se gratina cinco minutos y se sirve. El punto lo dan las patatas.

Receta recogida en Valencina. En la Peña Betica Paco el Fugi las prepara de maravilla.

MILHOJAS DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un paquete de bacalao ahumado
dos naranjas
aceite y sal.*

*un paquete de hojaldre
una cebolla*

Preparación:

“Se corta el bacalao en rodajas muy finas, se lleva a una fuente con el zumo de naranja y se reserva.

Se corta la cebolla en rodajas muy finas y se dora en aceite. Se reserva.

Se aplana el hojaldre con un rodillo, se corta en cuadrados del tamaño de una rodaja de pan de molde, se napa con la cebolla, se colocan rodajas de bacalao ahumado, se repite la serie. Se elaboran cuatro milhojas, se llevan a una fuente de horno, se hornean hasta que este hecho el hojaldre y se sirven acompañadas de ensalada de verdura.”

Receta recogida de un envase de bacalao ahumado.

MOLLA DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
seis cucharadas de puré de tomate
dos cucharadas de perejil picado*

*la miga de un pan de ayer
dos dientes de ajo
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas dándole varias aguas, se limpia, se le quitan las espinas y se desmiga. Se liga con la miga de pan, el perejil el ajo picado y el puré de tomate. Se forman las pelotas y se reservan en la nevera dos días. Se pasan por pan rallado y se fríen en aceite.

Se sirven dentro de un tazón con caldo como acompañamiento.

Receta de Purificación Andreu de Murcia. Hay quien sustituye el tomate por huevo batido y no macera las bolas.

MOUSE DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un cuarto de kilo de bacalao
tres huevos
un vaso de nata
sal y pimienta.*

*dos ajos
dos cucharadas de mantequilla
una cucharada de aceite*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se limpia, se desmiga y se lleva al turmix, junto a la mantequilla, el aceite y los huevos batidos. Se tritura, se pasa por el chino, se liga la nata despacito con una cuchara de palo.

Se lleva la mezcla a un molde de horno, se cuece a baño María durante tres cuartos de hora y se sirve.

Receta de la Abuela María. A veces rellenaba con el mouse Pettits Chous

MINI EMPANADILLAS DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un paquete de bacalao ahumado
un tomate
aceite
un huevo*

*dos paquetes de mini empanadillas
un pimiento morrón
piñones
sal y pimienta.*

Preparación:

Se pica el bacalao ahumado a cuchillo, se riega con su aceite y se reserva.

En una sartén con dos cucharadas de aceite, se fríe el tomate pelado, sin pepitas y picado, se añaden el pimiento picado, los piñones, el bacalao picado, se salpimienta.

Con la pasta resultante, se rellenan las mini empanadillas, se cierran bien con un tenedor, se bate el huevo y se pintan por encima. Se fríen en la freidora y se sirven.

Receta familiar. Van muy bien para tapa o en bufets.

PAELLA DE ANGULAS Y BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de arroz
dos dientes de ajo
una cucharada de cilantro fresco picado
un cuarto de kilo de angulas
una lata de guisantes*

*un litro de caldo de pescado
un pelin de guindilla molida
aceite
un paquete de bacalao ahumado
sal y pimienta.*

Preparación:

“En una sartén con aceite se sofríen los ajos cortados en laminas, se añade una chispa de guindilla molida, y cuando doren los ajos, se añaden las angulas, se saltean un minuto y se reservan.

Se lleva el aceite a la paella, se esparce el arroz y se rehoga una chispita. Se añade el caldo de pescado, el bacalao picado, se deja cocer un cuarto de hora. Si pide mas agua se le añade. Se añaden los guisantes, se rectifica de sal y pimienta y se deja cocinar un par de minutos. Se retira del fuego, se añaden las angulas, se deja reposar cinco minutos y se sirve.”

Plato recogido en Coria del Rio, se pueden sustituir las angulas por gulas

PAN DE BACALAO AHUMADO

Ingredientes: (4 personas)

<i>Cien gramos de bacalao ahumado</i>	<i>un huevo</i>
<i>cuatro rebanadas tostadas de pan de pueblo</i>	<i>dos tomates</i>
<i>tres dientes de ajo</i>	<i>medio vasito de aceite</i>
<i>miga de pan de ayer</i>	<i>vinagre y sal.</i>

Preparación:

“Se filetea el bacalao en loncha muy finas empleando un cuchillo de cortar jamón, se reserva en aceite de oliva.

Se pelan los tomates, se les quitan las pepitas, y se ponen en la batidora con el aceite, la miga de pan del día anterior, los dientes de ajo, el huevo crudo, un chorrito de vinagre y una pizca de sal.

Una vez obtenido el salmorejo, se untan con él las rebanadas de pan, se colocan encima los filetes de bacalao, se riega con una chispa de aceite y se corta todo en cuadritos. Se sirve frío.”

Receta común de los bares del Aljarafe en Sevilla. Con esta receta se preparan también los canapés, hay quien los prepara solo con salmorejo y hay quien pone mantequilla de ajo por el salmorejo.

PAN DE BACALAO Y GAMBAS

Ingredientes: (4 personas)

<i>Un paquete de bacalao ahumado</i>	<i>cien gramos de gambas peladas</i>
<i>dos pimientos de piquillo</i>	<i>cuatro dientes de ajo</i>
<i>una chispa de piri-piri y aceite.</i>	

Preparación

Se pican las gambas a cuchillo y los pimientos de piquillo también. Se saltean en aceite con los ajos picados.

Se napan las rebanadas de pan con el salteado, se cubre con laminas de bacalao ahumado, se corta en porciones con un cuchillo de cortar jamón y se consume.

Receta del Mesón Navarro en Valencina de la Concepción en Sevilla

PAPANDUAS

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
una cucharada de levadura de panadería
dos dientes de ajo
dos hebras de azafrán
sal y pimienta.*

*medio kilo de harina
dos cucharadas de perejil picado
dos vasos de agua
abundante aceite*

Preparación:

Se desala el bacalao durante doce horas cambiando el agua de vez en vez. Se escurre, se limpia, se desmiga, se le da un hervor de cinco minutos con ajo y perejil picados. Se reserva el agua.

Se lleva el bacalao desmigado a un dornillo, se añade la levadura, unas cucharadas de agua de cocerlo, el azafrán y se liga la harina dando vueltas y algo mas da agua cucharada a cucharada. Se ligan unas gachas espesitas. Se tapa y se deja reposar un por de horas, para que suba un poco.

En una sartén con abundante aceite se echan cucharadas de la masa y se fríen hasta que doren.

Esta receta es de Cuaresma, tenemos varias que en el fondo son todas la misma. Esta es de la Abuela Ana, las hacen iguales Raquel Almohalla de Villanueva del Trabuco o la Sra de Serrano de El Palo (Málaga)

PASTEL DE BACALAO Y HUEVO

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao en salazón
un vaso de bechamel*

*ocho huevos duros
orégano.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se blanquea dos minutos, se limpia, se desmiga y se reserva. Se cortan los huevos en rodajas y se emplata formando capas alternativas de bacalao y huevo duro en rodajas espolvoreado con un pelin de orégano. Se riega con la bechamel en caliente y se sirve.

Hay otra receta que lo gratina cinco minutos antes de servir. Nosotros seguimos la receta de la Abuela Maria, sin gratinar y con orégano; debe ser de origen italiano, posiblemente de su infancia, dado que nació en Roma y vivo en Italia hasta 1925.

PASTEL DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

Medio kilo de bacalao en salazón

un sobre de puré de patatas

una cebolla

sal y pimienta.

un vaso de leche

un cuarto de kilo de tomates

cuatro huevos

Preparación:

Se desala el bacalao durante doce horas cambiando el agua varias veces. Se saca, se escurre, se limpia y se desmiga.

Se fríe la cebolla picada, se añade el tomate pelado y sin pepitas, cuando reduce el agua que suelta el tomate, se retira del fuego.

Se liga un puré de patatas con la leche siguiendo las instrucciones del fabricante impresas en el paquete. Se liga con la cebolla y el tomate, se le añade el bacalao y se lleva a un molde untado con mantequilla.

Se introduce en un horno a 180° durante tres cuartos de hora, se desmolda, se napa con mayonesa y se sirve.

Receta familiar. Se puede hacer con pescada o peces similares.

PASTEL DE FRUTOS DEL MAR

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao en salazón
un cuarto de kilo de mejillones
dos dientes de ajo
tres cucharadas de aceite
un vaso de vino blanco
un vaso de nata
sal y pimienta.*

*un cuarto de kilo de champiñones
un cuarto de kilo gambas
un paquete de hojaldre
dos cucharadas de mantequilla
cuatro huevos
una cucharada de perejil picado*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas, se escalda cinco minutos, se escurre, se limpia y se desmiga. Se reserva.

Se abren los mejillones al vapor, se eliminan las valvas y se reservan. Se pelan las gambas y se reservan.

Se rehogan en aceite la cebolla picada, los ajos y la mitad del perejil, cuando este a medio hacer se añaden los champiñones y el pescado desmigado, se riega con el vino y un chorrito del caldo de abrir los mejillones, se rectifica de sal y pimienta y se deja cocer veinte minutos a fuego moderado.

Se viste un molde redondo de horno engrasado con mantequilla, con la masa de hojaldre estirada con el rodillo.

Se batan los huevos, se salpimientan y se añade la nata, se bate bien y se reserva.

Se vierten en el molde, los mejillones, las gambas y el pescado, se alisa, se riega con el huevo batido, se espolvorea con el perejil y se lleva a un horno a 180° tres cuartos de hora, se gratina dos minutos, se desmolda y se sirve.

Receta probablemente de origen italiano de la Abuela Maria. Se puede usar cualquier tipo de seta.

PASTEL HOJALDRADO DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao en salazón
dos cebollas
un paquete de hojaldre
dos cucharadas de mantequilla
dos huevos
una cucharada de perejil picad*

*cuatro patatas
dos dientes de ajo
tres cucharadas de aceite
un vaso de vino blanco
un vaso de nata
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas, se escalda cinco minutos, se escurre, se limpia y se desmiga. Se reserva.

Se rehogan en aceite la cebolla picada, los ajos y la mitad del perejil, cuando este a medio hacer se añade el pescado desmigado y las patatas cortadas a daditos, se rehoga cinco minutos, se riega con el vino, se rectifica de sal y pimienta y se deja cocer veinte minutos a fuego moderado.

Se viste un molde redondo de horno engrasado con mantequilla, con la masa de hojaldre estirada con el rodillo.

Se baten los huevos, se salpimientan y se añade la nata, se bate bien y se reserva.

Se vierte el pescado con las patatas en el molde, se alisa, se riega con el huevo batido, se espolvorea con el perejil y se lleva a un horno a 150° tres cuartos de hora, se gratina dos minutos, se desmolda y se sirve.

Receta familiar. La abuela también hace este pastel con carne picada o riñones.

PASTELITOS DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un paquete de bacalao ahumado
dos cucharadas de nata fresca
una cucharada de mantequilla
mayonesa*

*un paquete de puré de patatas de 250 gr
una cucharada de aceite
una ramita de perejil
sal y limón.*

Preparación:

“Se prepara el puré de patata siguiendo las indicaciones del fabricante, se le añaden el zumo del limón, la nata y la mantequilla. Se pica muy fino el bacalao ahumado a cuchillo, se liga con el puré de patata, también se liga una cucharada de aceite.

Se untan con mantequilla moldes individuales y se rellenan con la pasta, se meten en el frigorífico dejándolos enfriar. Se desmoldan y se sirven adornados con mayonesa y perejil.”

Receta de Sonia Oliveira de la Cafetería Olimpia de Huelva

PATATAS CON BACALAO, PUERROS Y ARROZ

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao en salazón
un vaso de aceite
medio vaso de arroz
un vaso de salsa de tomate*

*medio kilo de puerros
un kilo de patatas
tres dientes de ajo
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se escurre, se limpia, se trocea y se reserva.

En una sartén con la mitad del aceite se fríen los puerros y la cebolla, cuando comiencen a pochar se agregan las patatas picadas se rehogan, se añade el arroz, se cubre con agua y se lleva a cocer veinte minutos.

Se fríe el bacalao con los ajos, se vierte en la cazuela, cuando falte poco se riega con la salsa de tomate y pasados los veinte minutos y se sirve.

Receta común.

PATATAS EN SALSA CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de patatas
harina
aceite
un diente de ajo
medio vaso de vino
una pizca de canela*

*doscientos gramos de bacalao
un huevo
una cebolla
un vaso de caldo
una cucharada de perejil picado
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se limpia, se desmiga y se reserva.

Se pelan las patatas, se cortan en rodajas, se pasan por harina, por huevo batido y se doran en aceite. Se escurren, se colocan sobre papel de estraza y se reservan.

En una sartén con cuatro cucharadas de aceite, se rehoga la cebolla, cuando blanquea se añaden los ajos picados, se añade una cucharada de harina fina, se remueve con una cuchara de palo, se riega con el vino, el caldo y se espolvorea con canela.

Se incorporan las patatas y las migas de bacalao, se les da un hervor y se sirven.

Se puede sustituir el bacalao por gambas, jamón, o almejas.

PATÉ DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao desalado
medio vasito de jerez
albahaca
sal y pimienta.*

*doscientos gramos de mantequilla
un diente de ajo
tomillo*

Preparación:

Se desmiga el bacalao, y se lleva al vaso de la batidora, se añaden la mantequilla, el jerez, el ajo picado, la albahaca, el tomillo, se salpimenta y se bate hasta tener una mezcla homogénea.

Se envasa en un tarro, se mete en la nevera, y pasada una hora estará listo para su consumo.

Receta propia.

PAVIAS DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao en salazón
un pelin de vinagre
cilantro
media cucharadita de levadura
un vasito de leche
aceite*

*dos limones
dos cucharadas de azúcar
un tazón de harina
un vasito de Casera
dos hebras de azafrán
sal.*

Preparación:

Se tiene toda la noche el bacalao en agua para que suelte la sal, se lava, se escurre, se corta en tiras de unos cinco centímetros y se marina como una hora en el zumo de los dos limones, el pelin de vinagre de manzana, las dos cucharadas de azúcar, el cilantro picado y se pone un poco de agua hasta cubrir si hace falta.

Se prepara una crema de rebozar con la harina, el vasito de Casera, el vasito de leche, la sal, la levadura, y el azafrán. Se bate bien y se reserva.

Transcurrida la hora de maceración se embadurnan las tiras de bacalao, y se fríen en aceite muy caliente, hasta que la parte exterior, quede dorada y crujiente, se sirven emplatadas en una fuente con acompañamiento de lechuga.

Las preparan muy ricas en la Peña del Real Madrid de Isla Cristina (Huelva)

PIMENTA CON BACALAO AHUMADO

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de pimientos rojos
un chorrito de aceite de oliva
sal y pimienta.*

*cuatro dientes de ajo
un paquete de bacalao ahumado*

Preparación:

Se lavan los pimientos, se embadurnan en aceite y se llevan al horno en una bandeja, para que asen a unos doscientos grados, se les da la vuelta cada diez minutos y se dejan asar como tres cuartos de hora.

Se retiran y se llevan a una fuente redonda y honda, se tapan para que suden, y se dejan enfriar. Se pelan, se les quitan las pepitas y se cortan en tiras relativamente finas. Se reservan.

En una sartén se rehogan los ajos cortados en laminas finitas, y cuando estén se añaden los pimientos y se les da una vuelta, un minuto o dos. Se les añade el caldo de sudar los pimientos, y el bacalao ahumado picado a cuchillo. Se sirve.

Receta recogida en Isla Cristina

PIMENTÓN DE BACALAO Y PATATAS

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de bacalao
seis ñoras
seis cucharadas de aceite
una cucharadita de pimentón
dos dientes de ajo.*

*medio kilo de patatas
cuatro tomates
una cucharada de vinagre
dos rebanadas de pan frito*

Preparación:

Se desala el bacalao doce horas, se limpia, se desmenuza y se lleva a una olla de barro. En el mismo agua se hidratan las ñoras.

En una sartén con dos cucharadas de aceite, se fríen los ajos enteros, se añade el pimentón, se rehoga menos de un minuto (si te pasas amarga). Se lleva a un almirez, se maja, se añaden el vinagre y el pan frito, se maja todo, se la rallan las ñoras y se reserva.

Se cuecen en agua las patatas peladas y troceadas, transcurridos diez minutos se añade el bacalao, se continua la cochura y pasados cinco minutos se añade el majado. Se continua cinco minutos la cocción, se reduce el caldo y se sirve.

Receta recogida en Isla Cristina (Huelva)

PIMIENTOS DE PADRÓN RELLENOS

Ingredientes: (4 personas)

*Doce pimientos de padrón grandecitos
un cuarto de kilo de bacalao en salazón
seis anchoas
un vasito de vino blanco
dos cucharadas de aceite
sal y pimienta.*

*dos latas de guisantes
dos dientes de ajo
un vasito de nata
un vasito de fumé de pescado
eneldo fresco*

Preparación:

Se desala el bacalao durante todo un día cambiando varias veces de agua, se escurre, se limpia y se desmiga en hebras.

En una sartén con aceite, se rehoga el ajo picado, una lata de guisantes, las anchoas picadas y las hebras de bacalao. Se salpimienta, se añade un chorrito de fumé, se reduce y se pasa por un pasapurés. Se rellenan los pimientos con la pasta, y se reservan.

Se lleva a la sartén el vino blanco, se sazona con el eneldo, se salpimienta y se añaden la otra lata de guisantes y la nata; se deja reducir y se pasa por la batidora. Se riega una fuente de horno con la salsa, se colocan sobre ella los pimientos y se llevan al horno unos cinco minutos. Se consumen calientes.

Receta recogida en Can' Salva en Sabadell (Barcelona). Se puede hacer con pimientos de piquillo

PIMIENTOS DE PIQUILLO RELLENOS DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Una lata de pimientos de piquillo
100 gr de champiñones
dos cucharadas de tomate frito
harina de freír pescado*

*un cuarto de kilo de bacalao en salazón
dos dientes de ajo
dos huevos
aceite y sal.*

Preparación:

Se desala el bacalao dándole aguas durante veinticuatro horas; se limpia, se quitan las espinas y se desmiga.

Se limpian y se pelan las setas, en una sartén con aceite, se le dan unas vueltas con los ajos picados, se añaden las migas de bacalao, la salsa de tomate, un huevo batido, y sal. Se les dan unas vueltas, y se rellenan los pimientos con la masa resultante. Se pasan por harina y huevo batido dos veces. Se frien en abundante aceite caliente.

Esta receta proviene del Señorío de Jomelsu en Murcia. En Isla Cristina hay otra receta similar que los rellena con bacalao ahumado.

PIMIENTOS DE PIQUILLO RELLENOS DE BACALAO AHUMADO

Ingredientes: (4 personas)

*Doce pimientos de piquillo
un vaso de mayonesa
cuatro pepinillos
un diente de ajo*

*una cucharada de alcaparras
un paquete de bacalao ahumado pequeño
una cebolleta
un huevo duro.*

Preparación:

Se pican los pepinillos, el bacalao ahumado, el ajo, la cebolleta, se ralla el huevo duro, se liga todo con las alcaparras y se vierte el vaso de mayonesa. Se liga.

Se rellenan los pimientos de piquillo con la mezcla y se sirven.

Receta recogida en Isla Cristina el Bacalao Ahumado de la Higuera va muy bien para este plato.

PIMIENTOS RELLENOS DE ARROZ Y BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Ocho pimientos verdes de freír
un chorro de aceite
250 gr de bacalao en salazón
dos dientes de ajo
medio vaso de vino blanco
sal y pimienta.*

*una cebolla
un vaso de arroz blanco
dos huevos
cilantro
pan rallado*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas cambiando el agua de vez en cuando. Se escurre se limpia, se pica como si fuese carne picada, se le ligan el arroz, los huevos, el pan rallado, el ajo picado, el cilantro picado, un chorrito de aceite y se salpimienta. Cuando este todo ligado se deja reposar un rato, se cuajara una farsa.

Se abren los pimientos por el extremo del rabito, se limpian de pepitas y se rellenan con la pasta. Se reservan.

En una sartén se pone el aceite, se pica la cebolla, cuando comience a dorar se añaden los pimientos, se añade el vino blanco y se tapa, dejándolo cocinar como veinte minutos.

Se sirven calientes regados con la salsa que se produce en su elaboración.

Receta de Eulalia Barranco

PIO ANTEQUERANO

Ingredientes: (4 personas)

*Un cuarto de kilo de bacalao
un cuarto de kilo de cebolletas
cien gramos de aceitunas negras sin hueso
dos cucharadas de vinagre
sal y pimienta.*

*un kilo de naranjas
un cuarto de kilo de pimientos verdes
una cucharada de pimentón
un vasito de aceite*

Preparación:

Se deja el bacalao en remojo doce horas, cambiando el agua frecuentemente. Se limpia, se desmiga y se reserva.

Se pelan las naranjas, se cortan en rodajas y se emplatan en una fuente. Sobre ellas las migas de bacalao.

Se pican las cebolletas, los pimientos, se aliñan de pimentón, aceite, vinagre, sal y pimienta. Se liga y se cubre el bacalao. Se adorna con aceitunas negras y huevo duro picado a cuchillo.

Receta recogida en Osuna, nos la proporciono Rosario Gil.

POTAJE DE ACELGAS CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un cuarto de kilo de bacalao en salazón
un cuarto de kilo de acelgas
una cebolla
dos dientes de ajo
dos tomates
aceite*

*un cuarto de kilo de garbanzos
dos rebanadas de pan
dos patatas
dos hebras de azafrán
una cucharada pequeña de comino molido
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas dándole varias aguas, se limpia, se le quitan las espinas (si trae espinas), se corta en filetes pequeños y se reserva.

Se dejan los garbanzos en remojo toda la noche, se cuecen en una cazuela junto al bacalao media hora, se añaden las espinacas picadas y se cuece cinco minutos mas.

Se fríen en aceite, el pan y los ajos, se pasan por el almirez y se añaden a la cazuela. Se rehogan la cebolla y el tomate, se añaden a la cazuela, se rectifica de sal y pimienta y se lleva al fuego bajo un cuarto de hora, transcurrido este tiempo, se sirve

Receta común

POTAJE DE CUARESMA

Ingredientes: (4 personas)

*Un cuarto de kilo de garbanzos
un cuarto de kilo de espinacas
dos rebanadas de pan frito
medio vaso de aceite
dos cebollas*

*un cuarto de kilo de bacalao en salazón
dos dientes de ajo
dos hebras de azafrán
tres patatas
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se corta en filetes pequeños. Se tienen los garbanzos en remojo toda la noche. Se cuecen juntos el bacalao y los garbanzos en la olla express media hora.

En una cazuela aparte se cuecen las espinacas cinco minutos, se escurren y se pican a cuchillo. Se pelan las patatas, se cortan en rodajas y se cuecen veinte minutos.

En una sartén se prepara un fondo salteando la cebolla; se majan en un almirez el ajo, el pan frito, se añaden a la sartén, se agregan dos hebras de azafrán, se salpimienta y se les dan unas vueltas.

Se añaden a la olla con el bacalao y los garbanzos, las patata cocida, las espinacas y el fondo, se les dan unas vueltas, se cocina sin tapar un par de minutos para que tomen sabor, y se sirven en una sopera.

Receta familiar procedente de Montejicar Granada, debe tener mas de ciento cincuenta años, aunque haya sufrido pequeñas variaciones como hacerla en la olla express. Mi bisabuela, a finales del XIX, estoy seguro que no tenia una en el cortijo.

PUDING DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

Medio kilo de bacalao

un puerro

una cucharada de harina

un vasito de fumet de pescado

media cucharadita de cilantro picado

sal y pimienta.

una cebolla

un vaso de leche

tres huevos

tres cucharadas de mantequilla

dos cucharadas de aceite de oliva

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas cambiando de vez en cuando el agua. Se escurre, se seca, se limpia y se desmiga. Se pelan la cebolla y la parte blanca del puerro y se cortan en rodajas. Se lleva a una sartén con aceite y una cucharada de mantequilla, y se rehoga tres minutos. Se añaden las hebras de bacalao, dejando cocinar tres minutos más. Se espolvorea con el cilantro. Se reserva.

En la misma sartén se prepara una bechamel con la mantequilla, la leche, el fumet de pescado y la harina. Se mezcla con el refrito. Se añaden las yemas de los huevos batiendo de una en una. Se montan las claras a punto de nieve, se añade y se homogeniza.

Se untan cuatro moldes individuales con mantequilla, se rellenan con la mezcla y se cuecen al horno a 200 grados a baño María hasta que cuajen, que será algo más de media hora.

Se sirven con cono de verdura cocida.

Esta receta de la Cocina de Riotinto es de origen inglés y quizás sea algo pesada para una cena. Antes de llevar a los moldes se puede pasar por el turmix, queda un puding más fino.

PURÉ DE HABAS CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de habas
una cebolla
dos dientes de ajo*

*medio kilo de bacalao en salazón
una hoja de laurel
aceite, sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas dándole varias aguas. Se escurre, se limpia y se desmiga. El agua del ultimo cambio se cuele y se reserva.

Se blanquea cinco minutos con una cebolla cortada en cascotes, la hoja de laurel y la zanahoria pelada.

Se cuecen las habas en el agua que se ha reservado y se pasan por el chino junto a la cebolla y la zanahoria. Se saltean los ajos en aceite.

Se emplata individualmente el puré, se colocan las migas de bacalao en hélice, se riega con el ajo aceite y se sirve.

Receta de Isabel Ferreira de Huelva. Se puede hacer con guisantes.

QUICHE DE BACALAO

Ingredientes. (4 personas)

*Ocho alcachofas
dos cucharadas de aceite
cien gramos de bacalao ahumado
un vaso de nata
una lamina de hojaldre.*

*una cebolla
dos cucharadas de almendras molidas
dos huevos
una cucharada de perejil picado*

Preparación:

Se rehoga la cebolla picada con aceite, se añaden las alcachofas cortadas en cuatro partes, las almendras y el bacalao ahumado picado a cuchillo. Se cocina cinco minutos, se salpimenta y se retira.

Se ligan los huevos batidos y la nata, se salpimenta.

Se vierte el rehogado en un molde forrado con la lamina de hojaldre, se riega con el batido de huevos y nata, se salpimenta y se lleva a un horno a 180 grados tres cuartos de hora. Se sirve caliente.

La receta original emplea mojama, la hemos sustituido por bacalao ahumado, pues quedaba demasiado salado. Recogida en Punta del Moral (Huelva)

REMOJÓN DE BACALAO

Ingredientes. (4 personas)

*Medio kilo de bacalao en salazón
seis naranjas
un puñadito de aceitunas
dos dientes de ajo
ocho cucharadas de aceite
una cucharada de perejil picado*

*tres huevos duros
seis cebolletas
una cucharadita de pimentón
dos cucharadas de vinagre
un vaso de agua
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante seis horas. Se escurre, se seca y se asa. Se lleva a un cazo con agua, se cuece unos minutos, se limpia y se desmiga.

Se pelan las naranjas, se sacan los gajos, se pican y se llevan a una fuente, se agregan el bacalao desmigado, las aceitunas picadas y las cebolletas picadas.

Se aliña de pimienta, pimentón, ajo picado, perejil picado, aceite y vinagre. Se añade un vaso de agua colado de cocer el bacalao, se rallan los huevos duros, se remueve con una cuchara de madera y se sirve fresco.

Receta de Josefina Ocaña de Granada. En Montejicar lo hacen mas simple, solo naranja, cebolleta picada, bacalao desmigado y aceite

REVUELTO DE BACALAO Y PIMIENTOS

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro supremas de bacalao en salazón
cuatro dientes de ajo
una cebolla
cuatro cucharadas de aceite*

*cuatro pimientos morrones
cuatro huevos
una zanahoria
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas dándole varios cambios de agua, se limpia, se desmiga y se reserva.

Se asan los pimientos al horno, se pelan, se limpian y se cortan en tiras pequeñas.

Se cuecen en agua la cebolla y la zanahoria, se pican y se fríen en abundante aceite junto a las tiras de pimiento durante diez minutos. Se quita la mitad del aceite.

Se añaden a la sartén los huevos batidos y el bacalao, se les dan unas vueltas y se cocinan dejando que queden jugosos. Se sirven en la misma sartén.

Receta recogida en Murcia en el Restaurante Ventanales. En Isla Cristina recogimos una receta similar, la acompañan con salsa de choco, o con salsa de cangrejo.

ROLLOS DE ESPINACAS CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro hojas de espinaca cocidas
un paquete de bacalao ahumado
unas gotas de aceite sésamo*

*un cuarto de kilo de arroz bomba
aderezo para sushi (ver receta sushi de pescados)
vinagre de manzana.*

Preparación:

Se cuece el arroz en agua abundante durante quince minutos, se enfría al grifo y se reserva. Se corta el bacalao ahumado en tiras.

Se coloca la hoja de espinaca, y sobre ella el arroz y las tiras de bacalao ahumado, se lía como si fuese un cigarro, apretando. Una vez obtenido el rollo se corta en cuatro porciones, se riegan con unas gotas de salsa de aderezo para sushi y se consume.

Receta japonesa adaptada a nuestro gusto por el Abuelo Felipe tras su estancia en el Japón. Se puede hacer con cualquier ahumado o con cualquier pescado marinado.

ROMESCO DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro rodajas de bacalao fresco
dieciséis mejillones
dos rebanadas de pan
una hoja de laurel
once almendras
tres dientes de ajo
una cucharada de pan rallado
una guindilla*

*cuatro gambas
unos trocitos de choco
un vaso de vino blanco
un vaso de aceite de oliva
seis avellanas
una ñora
tres tomates
sal y pimienta.*

Preparación:

Se abren los mejillones al vapor, con el vaso de vino y la hoja de laurel, el caldo se cuele y se reserva. A los mejillones se les quita la valva superior y se reservan.

Se limpian y se pelan, las gambas y el choco; se fríen, se pican a cuchillo y se reservan.

En el mismo aceite, se fríen la cebolla picada, el pan, los dientes de ajo, las almendras, las avellanas y las ñoras. Se pasan por un almirez añadiendo el caldo de abrir los mejillones.

En una cazuela se fríen los tomates, que se habrán pelado y sin pepitas, se añaden las rodajas de bacalao con su frito, se añaden los mejillones, las gambas y el choco, se riega con el triturado, se añade el piri-piri, el resto del agua de abrir los mejillones, se salpimenta, y se cuece diez minutos. Si hace falta se espesa con pan rallado. Se sirve caliente.

Receta típicamente catalana recogida en Isla Cristina (Huelva)

SALPICÓN MURCIANO DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Medio kilo de patatas
dos cebollas
un vasito de aceite
dos dientes de ajo*

*un cuarto de kilo de bacalao en salazón
una cucharada de pimentón
dos cucharadas de vinagre
sal y pimienta.*

Preparación:

Se lava el bacalao al grifo, se asa a la plancha, se desmenuza y se desala ocho horas, se le deja una punta de sal y se desmiga. Se reserva.

Se cuecen las patatas, se cortan en dados. Se fríe el ajo, y se machaca en un almirez con la sal y la pimienta. Se liga con aceite crudo, se le añaden el pimentón, el vinagre y se rectifica de sal y pimienta. Se traba una salsa batiendo con una varilla.

Se mezclan las patatas, el bacalao y cebolla cruda picada, se riega con la salsa de aceite y se sirve.

Receta recogida en Murcia.

SARTÉN DE BACALAO

Ingredientes: (1 persona)

*Una patata
un pimiento de piquillo
un huevo
sal y pimienta.*

*ocho gambas
una suprema de bacalao en salazón
aceite*

Preparación:

Se desala el bacalao dándole varias aguas durante veinticuatro horas, se escurre, se limpia y se desmiga.

Se pela la patata, se trocea y se confita en aceite sin que este llegue a hervir. Se retira el aceite y se espachurren con un tenedor en la misma sartén.

Se añaden dos cucharadas de aceite, las ocho gambas peladas, el pimiento de piquillo picado a cuchillo, las migas de bacalao, el huevo batido, se salpimienta, se remueve con una cuchara de madera dejando que quede jugoso y se sirve en la misma sartén.

Receta de Encarni Martínez de Murcia

SOPA DE ARROZ CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Cien gramos de arroz redondo
cincuenta gramos de queso
un vaso de leche
una copa de vino de Jerez*

*cien gramos de bacalao en salazón
un litro de caldo de carne
dos huevos duros
queso rallado.*

Preparación:

Se blanquea el bacalao dos minutos. Se saca, se limpia y se desmiga en trozos pequeños. En el agua de blanquear colada, se cuece el arroz diecisiete minutos, se reserva. Se calienta el caldo, se le añade la leche, se agregan el bacalao, el huevo duro rallado, el vino y el arroz. Se le da un hervor de tres minutos, se le ralla el queso, se rectifica de sal y pimienta. Se sirve.

Receta familiar de la abuela Maria

SUFLÉ DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Doscientos gramos de bacalao
cincuenta gramos de harina
cuatro huevos
limón
arroz blanco*

*cincuenta gramos de mantequilla
vaso y medio de leche
nuez moscada
queso rallado
salsa de tomate, sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao seis horas, dándole varias aguas. Se seca y se desmiga. Se pasa el bacalao desmigado por la trituradora. En un cazo se derrite la mantequilla, se añaden la harina, la leche y el queso, se mezcla todo muy bien con una cuchara de palo, y se deja que rompa a hervir, sin dejar de remover. Se retira de la lumbre, se añaden el bacalao y las yemas, se continúa removiendo y se lleva a la lumbre para que reduzca un poco. Se rectifica de sal y pimienta, se añade un poco de zumo de limón y se ralla la nuez moscada. Se batan las claras a punto de nieve y se añaden al preparado anterior con mucho cuidado y muy despacio para que no se corten las claras. Una vez mezclado se lleva a una fuente de horno untada con mantequilla, que se coloca en el horno a 220 grados entre quince y veinte minutos. Estará listo cuando la costra superior este mas o menos crujiente.

Receta de la Abuela Maria. Lo preparaba riquísimo.

SUPREMAS DE BACALAO A LA SALSA DE CANGREJOS

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro supremas de bacalao fresco
una cebolla
una zanahoria
una copa de coñac
un vaso de vino blanco
medio vaso de aceite
un vaso de nata líquida*

*un kilo de cangrejos
dos dientes de ajo
dos cucharadas de puré de tomate
una copita de ponche Soto
un vaso de fume de pescado
dos cucharadas de mantequilla
sal y pimienta*

Preparación:

En una cazuela de barro se saltean la cebolla, la zanahoria, y el ajo picado en aceite con dos cucharadas de mantequilla, cuando comience a dorar, se añaden el puré de tomate y las cangrejos. Se salpimienta, se cocina un par de minutos y se riega con el coñac y el ponche, se flamea removiendo hasta que se apaguen las llamas. Se añade el vino, pasados tres minutos se añaden la harina, la mostaza y el fume de pescado, se deja cocer cinco minutos, se tritura y se cuela por el chino, para quitar las cáscaras de cangrejo.

Se vuelve el caldo a la cazuela, se añade la nata y se deja reducir a una crema suave, se rectifica de sal y se reserva.

Se escaldan las supremas cinco minutos (se pueden hacer a la plancha), se riegan con la salsa y se sirven.

Receta recogida en un menú de RENFE.

SUPREMAS DE BACALAO A LA MENTA

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro supremas de bacalao en salazón
un puerro
una cebolla
un cuarto de litro de cava
un vaso de nata
sal y pimienta.*

*una zanahoria
dos ramitas de apio
dos ramitas de menta
cuatro nueces de mantequilla
un vaso de fume de pescado*

Preparación:

Se desalan las supremas de bacalao durante veinticuatro horas dándoles varias aguas, se sacan se escurren, se limpian y se reservan en una fuente de horno.

Se llevan a una olla la mantequilla y las verduras cortadas en juliana, se rehogan un par de minutos, se les añaden el cava, la nata, la menta picada a cuchillo, se salpimienta, se deja reducir a la mitad, se deja enfriar un poco y se tritura con el turmix. Se cuela con un chino y se reservan.

Se introducen las supremas, regadas con el fume de pescado, en el horno a 180° y se hornean diez minutos, se sacan y se sirven regadas con su jugo y napadas con la salsa de menta.

Receta recogida en Minas de Riotinto (Huelva)

SUPREMAS DE BACALAO CON PURÉ DE ALI-OLI

Ingredientes: (4 personas)

*Cuatro supremas de bacalao en salazón
un vaso de falso ali-oli
una hoja de laurel
queso rallado.*

*un vaso de puré de patata
unas cestitas de hojaldre
un casco de limón*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se blanquea cinco minutos con la hoja de laurel y el casco de limón.

Se prepara la mitad de un sobre de puré de patatas, y se liga con el falso ali-oli. Se napan las supremas con el puré, se rellenan las cestitas y se llevan a un horno precalentado a 180°, espolvoreadas con queso rallado. Se gratinan hasta que doren.

Receta de Lucia Santos de Huelva

SUPREMAS DE COCOCHAS

Ingredientes: (4 personas)

*Un kilo de cocochas
Harina de freír pescado
Aceite*

*dos huevos
una cucharada de perejil picado
sal y pimienta.*

Preparación:

Se limpian las cocochas, se pasan por harina ligada con perejil picado, por huevo batido aderezado con sal y pimienta, y se fríen en abundante aceite caliente. Se dejan escurrir y se colocan sobre un papel de estraza para que chupe el aceite sobrante y se sirven.

En realidad es una tapa exquisita que se puede tomar en algunos bares de Sevilla Hay quien las hace con rebocina o con tempura. A la postre es el mismo plato.

SUSHI CON BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Trescientos gramos de arroz bomba
dieciséis tiras de bacalao ahumado
vinagre de manzana diluido*

*ocho langostinos
aderezo para sushi (ver Sushi con pescados)
salsa de soja.*

Preparación:

Se cuece el arroz con un pelin de sal durante quince minutos, se enfría en un chorro de agua fresca, y se forman unas tartitas (dieciséis). Se reservan.

Se escaldan los langostinos en agua hirviendo como treinta segundos, se enfrían en chorro de agua, se cortan por la mitad, se aderezan con aderezo para sushi y se colocan sobre las tartitas de arroz, sobre ello se colocan las tiras de bacalao ahumado, se le agregan unas gotas de salsa de soja y se consume.

La bebida para este plato es el sake (el sake es una bebida japonesa).

Esta receta procede del recetario japonés de mi padre. Se puede preparar con bacalao desalado pero no demasiado, a lo sumo ocho horas.

SUSHI CON PESCADOS

Ingredientes: (8 personas)

*Medio kilo de arroz bomba
doscientos gramos de salmón ahumado
doscientos gramos de bacalao fresco
marinada para sushi
vinagre de manzana diluido.*

*doscientos gramos de ventresca de atún
doscientos gramos de filetes de lenguado
aderezo para sushi
salsa de soja*

Preparación:

Se prepara el aderezo para sushi ligando medio vasito de vinagre de manzana, seis gotas de aceite de sésamo, seis cucharadas de azúcar, una cucharadita de sal fina o un cuarto de pastilla de caldo de pescado disuelta en una cucharada de agua caliente. Se mezclan todos los ingredientes.

La marinada para sushi, se prepara con dos vasos de vinagre de manzana, unas gotas de aceite de sésamo, un vaso de agua, dos cucharadas de azúcar, media pastilla de caldo de pescado, disuelta en una cucharada de agua caliente.

La salsa de soja la venden en los supermercados y tiendas especializadas.

Se filetean los pescados en tiras finas y se marinan en la marinada para sushi que hemos preparado, durante tres minutos. El salmón no se marina. Se reservan.

Se cuece el arroz bomba en agua con un pelin de sal, durante quince minutos, se enfría en un chorro de agua fresca y se forman unas tortitas, se recubren con las tiras de pescado sazonados ligeramente con el aderezo para sushi, se les añade un pelin de salsa de sake, y se sirve.

Receta recogida del Libro La Cocina del Atún Editado por la Diputación de Huelva

TABULÉ DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un cuarto de kilo de cuscus
una cucharadita de estragón picado
un limón
un puñado de aceitunas
una cebolla
un pepino*

*un paquete de bacalao ahumado
una cucharada de culantro picado
una cucharadita de hierbabuena picada
dos tomates
un pimiento
sal y pimienta.*

Preparación:

Se cuece en una cuscusera el cuscus ligado con el aceite del paquete de bacalao ahumado, se le dan tres cochuras de diez minutos, se le ligan el zumo del limón, el estragón picado, el culantro picado y la hierbabuena picada.

Se pican los tomates, pelados y sin pepitas, el bacalao ahumado picado a cuchillo, la cebolla picada, las aceitunas picadas y el pimiento picado; se salpimenta y se liga todo íntimamente. Se mezcla con el cuscus, se riega con un chorrito de aceite, se lleva a la nevera un par de horas y se consume

Receta originaria del Sahara Occidental. La receta original lleva bacalao en salazón

TARTA DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Una hoja de pasta brisa
media lata de tomate frito
diez aceitunas negras sin hueso
medio limón*

*un cuarto de kilo de bacalao
dos huevos duros
tres cucharadas de aceite
una cucharadita de orégano y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao doce horas dándole varias aguas, se limpia, se desmiga y se rocía con el aceite y el zumo del medio limón, se espolvorea con pimienta molida y se deja reposar media hora para que tome sabor.

Se forra un molde con la pasta brisa, se le pincha varias veces el fondo y se forra con papel de aluminio. Se lleva al horno diez minutos, se le quita el papel de aluminio, se hornea otros cinco minutos.

Se rellena con el tomate, se cubre con las migas de bacalao, se riega con el líquido de la maceración y se tiene en el horno un cuarto de hora. Se saca, se adorna con aceitunas y rodajas de huevo duro, se espolvorea con orégano y se sirve.

Receta recogida en Coria del Rio (Sevilla)

TARTAR DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Seiscientos gramos de bacalao fresco
dos limones
una cucharada de aceite
una cucharada de perejil*

*tres cebolletas
tres cucharadas de salsa de soja
dos dientes de ajo
sal y pimienta.*

Preparación:

Se congela el bacalao a -20° grados durante dos días. Se descongela y se pica a cuchillo. Se pasan por el turmix los dientes de ajo, las cebolletas, el aceite, la salsa de soja, la ralladura de un limón y el zumo de dos limones. Opcional tres gotas de tabasco. Con la salsa, se riega el pescado picado, se liga y se lleva a la nevera diez minutos, pasados estos se consume sobre pan tostado.

Receta de Ginny Luzón de Sabadell (Barcelona)

TARTELETAS DE BACALAO Y GUACAMOLE

Ingredientes: (4 personas)

*Dieciséis tarteletas
dos aguacates
un pimiento verde
dos limones
dos dientes de ajo
una cucharada de perejil*

*un cuarto de kilo de bacalao
una cebolla pequeña
un pimiento rojo
unas cucharadas de aceite
un tomate rojo
unas gotas de tabasco y sal.*

Preparación:

Se desala el bacalao durante doce horas dándole varias aguas, se limpia, se desmiga y se suaviza con una cucharada de aceite. Se hace un puré con el aguacate, se riega con zumo de limón para que no ennegrezca. Se pican la cebolla, los pimientos, el tomate y el ajo. Se añaden al puré, se aliña con las gotas de tabasco, el aceite y sal. Se pasa por un pasapurés y se liga con el bacalao. Se untan las tarteletas con una chispa de aceite, se rellenan con la pasta y se sirven adornando con una gamba pelada.

Receta recogida en Punta Umbría.

TERRINA DE BACALAO AHUMADO

Ingredientes: (4 personas)

Medio kilo de bacalao fresco, dos paquetes de bacalao ahumado, una tarrina de queso fresco cremoso, un vaso de nata, un limón, dos cucharadas de eneldo picado, una cebolla picada, sal y pimienta.

Preparación:

Se liga el queso fresco con la nata, el eneldo, el zumo de limón, se salpimienta y se bate hasta obtener una crema.

Se forra un molde con el bacalao ahumado cortado en lonchas muy finas, se rellena con la crema y se tapa con lonchas de bacalao ahumado, se lleva al frigorífico cuatro horas y se sirve con una corona de cebolla picada regada con crema de balsámico.

Receta recogida en Isla Cristina

TIMBAL DE BACALAO Y COL

Ingredientes: (4 personas)

Tres cuartos de kilo de bacalao

tres cuartos de kilo de col

una cebolla

una lata de pimientos de piquillo, medio vaso de

aceitunas, cuatrocientos gramos de masa de pan, un vaso de aceite, sal y pimienta.

Preparación:

Se desala el bacalao durante todo un día, se cuece con el último cambio de agua, juntamente con la col. Se saca, se escurre, se limpia y se desmiga. La col se escurre y se pica a cuchillo, se liga con el bacalao y se reserva.

Se prepara un refrito con la cebolla, cuando comienza a dorar se añade el picadillo, se le da unas vueltas, se añaden las aceitunas picadas y los pimientos picados, se adereza de sal y pimienta.

Se forra un molde de horno untado con aceite con la masa, se añade el refrito y se cubre con una red de trencitas de pan y se lleva al horno hasta que se haga el pan y dore.

Receta recogida en Cartaya (Huelva)

TIRAS DE BACALAO MACERADAS EN MIEL

Ingredientes: (4 personas)

*Tres cuartos de kilo de bacalao
cuatro cucharadas de salsa de soja*

*tres cucharadas de miel
huevo hilado y almendra picada.*

Preparación:

Se desala el bacalao doce horas, se escalda cinco minutos en agua hirviendo, cuando suba la espuma, se saca, se escurre, se limpia y se corta en tiras. Se pasa por una liga intima de miel y salsa de soja. Se repite la operación varias veces a lo largo de dos horas. Se pasan por almendra picada, se frien suavemente y se sirven.

Otras recetas lo llevan a una fuente de horno y lo cocinan a 200° un cuarto de hora.

Las dos recetas son validas, yo lo prefiero frito

Receta recogida en el Buitrón hace mas de cincuenta años por la Abuela Maria. También se puede hacer con chuletitas o tiras de magro.

TORTILLA ISLEÑA DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Ocho huevos
dos pimientos verdes
aceite y sal.*

*un cuarto de kilo de bacalao
tres dientes de ajo*

Preparación:

Se desala el bacalao durante todo un dia dándole varios cambios de agua, se escurre, se limpia, se le quitan las espinas caso de ser necesario, se desmiga.

Se frien los pimientos picados y los ajos. Cuando doren se añade el bacalao, se les dan unas vueltas, se sacan, se escurren y se reservan.

Se baten los huevos, se ligan con el refrito, se adereza con sal y pimienta y se liga la tortilla.

Se pueden ligar cuatro tortillas individuales.

Receta recogida en Isla Cristina.

TORTILLA DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Cuarto y mitad de bacalao en salazón
una cucharada de perejil
aceite*

*seis huevos
dos cucharadas de leche
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao dándole sucesivas aguas durante veinticuatro horas. Se escurre, se seca, se limpia y se desmiga. Se reserva.

Se baten los huevos, se les liga el perejil picado, se incorporan las hebras de bacalao y dos cucharadas de leche. Se cuaja por ambos lados en una sartén con unas gotas de aceite, y se sirve.

Receta común.

TORTILLITAS ARISQUEÑAS

Ingredientes: (4 personas)

*Un cuarto de kilo de bacalao
tres dientes de ajo
hierbabuena
aceite.*

*un bollo de pan
perejil
seis huevos*

Preparación:

Se desala el bacalao doce horas dándole varias aguas, que le quede un punto de sal. Se limpia, se quitan las espinas con unas pinzas, se desmiga y se pica a cuchillo. Se ralla el bollo, se añade el ajo rallado, una cucharada de perejil picado a cuchillo, media cucharada de hierba buena picada a cuchillo y los huevos batidos.

Se liga, se forman las tortillitas con dos cucharas, se frien en aceite muy caliente y se sirven. Se comen frías o calientes, pero siempre acompañadas de un buen vino del Ariscal fresquito.

Receta de Rocío Silva Limón publicada en su libro Los Fogones de la Memoria

TORTILLITAS DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un cuarto de kilo de bacalao
dos dientes de ajo
un vaso y medio de agua
aceite.*

*dos cucharadas de perejil
seis cucharadas de harina
unas cucharadas de casera o cerveza*

Preparación:

Se desala el bacalao durante medio día cambiando el agua periódicamente, el agua del último cambio se guarda. El bacalao se escurre, se seca, se limpia y se desmiga en hebras.

En un almirez se majan los dientes de ajo y el perejil, se añade un chorrito de cerveza.

Se liga la harina con el agua de desalar el bacalao, el perejil y ajo con un chorrito de cerveza, se añade el bacalao desmigado en hebras, se liga y se deja reposar un ratito.

Se hacen las tortillitas, se fríen en aceite y se dejan que escurra el aceite, si quedan muy aceitosas, se colocan sobre un papel de estraza y se sirven.

Receta común.

TORTITAS DE BACALAO CON ARROZ

Ingredientes: (4 personas)

Un cuarto de kilo de bacalao, dos cucharadas de harina, un huevo, aceite, media patata cocida, una cucharada de perejil, una cucharada de cilantro, dos lonchas de jamón, una cebolla, dos cucharadas de queso rallado, un chorrito de Casera, un puñado de arroz, un vasito de salsa de tomate, un puñado de judías, sal y pimienta.

Preparación:

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas, cambiando el agua frecuentemente. Se escurre, se limpia y se desmiga en hebras. Se reserva.

En el agua del último cambio, se cuecen el arroz y las judías. Se escurren y se rehogan un par de minutos con la salsa de tomate, se reservan.

En una sartén con aceite se rehogan la cebolla con el perejil. Se ligan la harina con el huevo batido, la cebolla rehogada, el cilantro, el jamón picado, la patata cortada en dados diminutos y el queso rallado. Se tritura y se obtiene una pasta.

A la pasta se le añade el agua carbónica y el bacalao desmigado, hasta tener una crema, se forman las tortitas, se fríen en aceite y se sirven acompañadas del arroz y las judías con tomate.

Receta de Cristina Almeida de Cabanas (Portugal)

TORTITAS DE BACALAO Y SALMÓN

Ingredientes: (4 personas)

*Un cuarto de kilo de salmón fresco
un cuarto de kilo de bacalao
un manojo de espárragos
tres cucharadas de aceite*

*mitad de cuarto de setas
un sobre de tortitas de maíz
una cucharada de vinagre
sal y pimienta.*

Preparación:

Se desala el bacalao veinticuatro horas, se escurre, se limpia y se corta en carpacho con un cuchillo de jamón.

Se congela el salmón y se corta en carpacho. Se fríen los espárragos verdes.

Se marinan el salmón y el bacalao con una cucharada de aceite y otra de vinagre durante una hora.

Se calientan las tortitas a la plancha, se doblan con una presita de salmón otra de bacalao y un espárrago dentro. Se riegan con aceite de freír los espárragos y se sirven.

Receta recogida en Isla Cristina. Otra similar, solo usa bacalao marinado y zanahoria frita por el espárrago.

TORTITAS RELLENAS DE ENSALADILLA

Ingredientes. (4 personas)

*Medio kilo de patatas
una lata pequeña de guisantes
unas aceitunas sin hueso
unas tiras de pimiento morrón*

*un cuarto de kilo de zanahoria
un paquete de bacalao ahumado (200 gramos)
un tazón de mayonesa
un sobre de tortitas de maíz y sal.*

Preparación:

Se cuecen las patatas en agua con sal como media hora, se pelan, se pican en daditos muy pequeños y se reservan.

Se pelan las zanahorias y se cuecen, se pican en daditos muy pequeños, se ligan con las patatas. Se les ligan los guisantes, el bacalao ahumado con su aceite, las aceitunas picadas, la mayonesa y sal. Se remueve muy bien.

Se calientan las tortitas a la plancha, se enrollan con una porción de ensalada dentro y se sirven

Receta adaptada de una de Mar Rodríguez; se pueden rellenar de cualquiera de las ensaladas de bacalao ahumado.

TUBOS DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Un cuarto de kilo de cuscus
veinte aceitunas verdes
un limón
una cucharada de culantro picado
dos tomates
un pimiento
sal y pimienta.*

*un paquete de bacalao ahumado
veinte aceitunas negras
una cucharadita de estragón picado
una cucharadita de eneldo picado
una remolacha cocida
una cucharadita de pimentón*

Preparación:

Se cuece en una cuscusera el cuscus ligado con el aceite del paquete de bacalao ahumado, se le dan tres cochuras de diez minutos, se le ligan las aceitunas picadas, el estragón picado, el culantro picado, el eneldo picado, los tomates rallados, pelados y sin pepitas, el bacalao ahumado picado a cuchillo, la remolacha picada, el pimiento picado y el pimentón, se salpimienta y se liga todo íntimamente.

Se rellena un tubo de plástico untado de mantequilla y cortado como molde, se quita el molde, se adorna y se sirve.

La receta original es con bacalao en salazón, pero queda mas sabroso con ahumado.

VOLOVANES DE BACALAO

Ingredientes: (4 personas)

*Ocho volovanes
cien gramos de mantequilla
ocho gambas peladas.*

*medio kilo de bacalao en salazón
una chispita de curry*

Preparación:

Se desala el bacalao seis horas, se le dan varias aguas, dejándole un resto de sal. Se blanquea cinco minutos dándole un hervor y se desmiga.

Se saltea el bacalao con la mantequilla tres minutos, se maja y se rellenan los volovanes con la pasta.

Se llevan al horno media hora y se sirven.

Receta recogida en Riotinto (Huelva)

Felipe y Bárbara Luzón

YEMAS DE ESPÁRRAGO ENVUELTAS EN AHUMADO

Ingredientes: (4 personas)

*Dos botes de yemas de espárrago
un paquete de salmón ahumado pequeño
un vaso de mayonesa.*

*un paquete de bacalao ahumado pequeño
un vaso de salmorejo*

Preparación:

Se envuelven las puntas de espárrago de un bote con laminas de bacalao ahumado, las yemas del otro bota se envuelven con laminas de salmón ahumado.

Se emplatan la mitad sobre salmorejo, y la otra mitad sobre mayonesa. Otra forma es ligar el salmorejo con la mayonesa y emplatar todas en la salsa resultante.

Receta recogida en Isla Cristina

Isla Cristina a doce de Enero de 2006, festividad de San Arcadio

ÍNDICE GENERAL DE RECETAS

Abiertitos de bacalao ahumado
Aguacates con bacalao ahumado
Agujas rellenas de bacalao
Ajoblanco con bacalao
Albóndigas de bacalao
Alcachofas rellenas
Alubias con bacalao
Andrajos de bacalao
Arroz caldoso con bacalao y verduras
Arroz con bacalao algarbia
Arroz con bacalao express
Arroz con bacalao y chorizo
Arroz con patatas y bacalao
Arroz con verduras y bacalao
Arroz tres delicias con bacalao
Bacalao a Gomes de Sa
Bacalao a gratin
Bacalao a la alicantina
Bacalao a la argentina
Bacalao a la bechamel
Bacalao a la belga
Bacalao a la berebere
Bacalao a la campera
Bacalao a la cantábrica
Bacalao a la casera
Bacalao a la catalana
Bacalao a la cazuela
Bacalao a la española
Bacalao a la extremeña
Bacalao a la francesa
Bacalao a la gallega
Bacalao a la Gola
Bacalao a la holandesa
Bacalao a la hungara
Bacalao a la lata
Bacalao a la lionesa
Bacalao a la llauna
Bacalao a la manchega

La Cocina del Bacalao

Bacalao a la madrileña
Bacalao a la mantequilla de ajo
Bacalao a la marinera
Bacalao a la meloja
Bacalao a la miel
Bacalao a la milanesa
Bacalao a la moderna
Bacalao a la montañesa
Bacalao a la naranja
Bacalao a la nata
Bacalao a la noruega
Bacalao a la paisana
Bacalao a la parrilla
Bacalao a la payesa
Bacalao a la pita
Bacalao a la polaca
Bacalao a la Reina
Bacalao a la riojana
Bacalao a la siciliana
Bacalao a la sidra
Bacalao a la valenciana
Bacalao a la villeroy con salsa a la vizcaína
Bacalao a la vizcaína
Bacalao agridulce
Bacalao ahumado con salsa tártara
Bacalao al ajillo
Bacalao al ajo arriero
Bacalao al curry
Bacalao al estilo de Borgoña
Bacalao al estilo de Moia
Bacalao al estilo O Barco
Bacalao al falso caviar
Bacalao al horno
Bacalao al horno de leña
Bacalao al Oporto
Bacalao al pil- pil
Bacalao al postigo – ver a la paisana
Bacalao al roquefort

Bacalao al vapor
Bacalao Alcántara
Bacalao Algarvia
Bacalao Almeraya
Bacalao Ana Belem
Bacalao asado con tomate
Bacalao borracho
Bacalao canaleta
Bacalao caramelizado
Bacalao cocido
Bacalao cocido con coliflor y patatas
Bacalao cocido con leche
Bacalao cocido en nata
Bacalao cocido y aliñado
Bacalao con agraz
Bacalao con aceitunas aliñadas
Bacalao con ajada
Bacalao con aletrías
Bacalao con almejas
Bacalao con almendras.
Bacalao con anchoas
Bacalao con boletos
Bacalao con brécol y bechamel (ver jurel)
Bacalao con butifarra
Bacalao con caracoles
Bacalao con coliflor en salsa verde
Bacalao con costrones
Bacalao con costra de miel
Bacalao con crema de almendras
Bacalao con cuscus
Bacalao con espinacas
Bacalao con filigrana
Bacalao con huevos escalfados
Bacalao con jamón
Bacalao con leche al horno
Bacalao con lentejas
Bacalao con mantequilla negra
Bacalao con manzanas

La Cocina del Bacalao

Bacalao con mayonesa verde
Bacalao con melón
Bacalao con mojo
Bacalao con natas
Bacalao con orejones y arroz
Bacalao con papas
Bacalao con pasas y nueces
Bacalao con pasas y piñones
Bacalao con patatas confitadas
Bacalao con patatas y col
Bacalao con pimentón
Bacalao con pimientos
Bacalao con pimientos y pochas
Bacalao con piñones
Bacalao con poleas de pimentón
Bacalao con poleas sevillanas
Bacalao con puré de butifarra
Bacalao con puré de puerros
Bacalao con salsa de chocos
Bacalao con salsa de falso ali-oli
Bacalao con salsa de menta
Bacalao con salsa de pimientos
Bacalao con salsa de pimientos verdes
Bacalao con salsa ligera
Bacalao con salsa tártara
Bacalao con sanfaina
Bacalao con setas
Bacalao con tomate
Bacalao con verduras
Bacalao con zanahoria
Bacalao con zumo de naranja amarga
Bacalao conchita
Bacalao crudo con pimentón
Bacalao cucharón y paso atrás
Bacalao de cuaresma
Bacalao de fuste
Bacalao dorado
Bacalao dorado (a braz)

Bacalao dorado con nata
Bacalao en agujas fritas (Fondue)
Bacalao en blanco
Bacalao en concha de peregrino
Bacalao en concha de peregrino
Bacalao en crema de marisco
Bacalao en lecho de pimientos rojos
Bacalao en papillote
Bacalao en salazón al horno
Bacalao en salsa
Bacalao en salsa de anchoas
Bacalao en salsa de guacamole con anchoas
Bacalao en salsa de huevo
Bacalao en salsa de poleo
Bacalao en salsa de vino tinto
Bacalao en salsa roja
Bacalao en salsa verde
Bacalao encebollado
Bacalao envuelto
Bacalao fresco a dos salsas
Bacalao fresco a la asturiana
Bacalao fresco a la bavara
Bacalao fresco a la gallega
Bacalao fresco a la inglesa
Bacalao fresco a la italiana
Bacalao fresco a la portuguesa
Bacalao fresco a la provenzal
Bacalao fresco a la sidra
Bacalao fresco a la vasca
Bacalao fresco a la vinagreta
Bacalao fresco al coñac
Bacalao fresco al estilo de Cruz
Bacalao fresco al hinojo
Bacalao fresco al horno
Bacalao fresco al horno II
Bacalao fresco al oloroso
Bacalao fresco al vapor
Bacalao fresco con pimientos

La Cocina del Bacalao

Bacalao fresco con tomate
Bacalao fresco en salsa de cítricos
Bacalao fresco gratinado
Bacalao fresco relleno de salsa de tomate
Bacalao fresco y gurumelos
Bacalao frito con tomate y cebolla
Bacalao frito
Bacalao frito con tomate y cebolla
Bacalao gratinado a la campera
Bacalao gratinado en salsa de pimientos
Bacalao Guerrero
Bacalao guisado con gambas
Bacalao guisado
Bacalao guisado a la antigua
Bacalao guisado al estilo de Huelva
Bacalao guisado con gambas
Bacalao marinado a la siciliana
Bacalao marinado con clavos
Bacalao marinado en aceite
Bacalao marinado en papillote
Bacalao migao
Bacalao Montecarlo
Bacalao Montoliu
Bacalao Navalmoral
Bacalao Pepin
Bacalao portugués
Bacalao Provenzal
Bacalao rápido
Bacalao rebozado con miel
Bacalao rebozado con poleas
Bacalao rebozado con romesco
Bacalao rebozado y frito
Bacalao relleno a la berebere
Bacalao relleno de bechamel
Bacalao relleno de salmón
Bacalao Rosa Castell
Bacalao Rosellón
Bacalao salado al horno

Bacalao salteado
Bacalao Savoy
Bacalao sobre champiñones y puerros
Bacalao sobre fondo de alcachofa
Bacalao sobre patata con mojo
Bacalao Soloviejo
Bacalao Viernes Santo
Bacalao villeroy
Bolas de bacalao y patata
Brandada de bacalao
Brocheta fría de bacalao
Cabrillas con bacalao
Caldereta de pescado
Canelones de bacalao
Carpacho de bacalao
Carpacho de bacalao fresco
Cazuela de bacalao
Cebiche de bacalao fresco
Chermula berebere
Churros rellenos con bacalao
Cocochas de bacalao en salsa verde
Cola de bacalao al horno
Crema de calabacín con bacalao
Crema de calabaza con bacalao al ajillo
Crema de lentejas con bacalao y curry
Crema de salmorejo y bacalao
Crepes de bacalao
Crepes de bacalao ahumado
Croquetas de bacalao
Cuscús con bacalao
Dátiles con bacalao ahumado
Dátiles rellenos de bacalao
Empanada de bacalao
Empanadillas de bacalao
Empedrat
Empedrat Delt Ebre
Ensalada Aída de bacalao
Ensalada Americana de bacalao

La Cocina del Bacalao

Ensalada Beatriz
Ensalada Beaucarie de bacalao
Ensalada California de bacalao
Ensalada de ahumados
Ensalada de bacalao
Ensalada de bacalao ahumado
Ensalada de bacalao ahumado y naranja
Ensalada de bacalao al vinagre de Modena
Ensalada de bacalao con salsa verde
Ensalada de bacalao salado
Ensalada de bacalao, aguacate y gambas
Ensalada de endibia y bacalao ahumado
Ensalada de fresas, endibia y bacalao
Ensalada de garbanzos y bacalao
Ensalada de papaya y bacalao
Ensalada de setas y bacalao ahumado
Ensalada mediterránea de bacalao
Ensalada milanesa de bacalao
Ensalada Provenzal de bacalao
Ensalada Riviera de bacalao
Ensalada rusa de bacalao
Escalibada de bacalao
Espaguetis al bacalao
Espárragos rellenos de bacalao
Espárragos rellenos de pate de bacalao
Espárragos sobre tomate con ahumado
Fideua con bacalao
Filete ruso de bacalao
Filloas rellenas de bacalao y salmón
Flan de bacalao ahumado
Fondue (bacalao en agujas fritas)
Garbanzas con bacalao
Garbanzos con albóndigas de bacalao
Garbanzos con bacalao
Garbanzos con espinacas y bacalao
Garbanzos con verduras y bacalao
Garbanzos fritos con bacalao
Grañones

Habas con bacalao
Hamburguesas de pescada y bacalao
Hígado de bacalao
Hígados fritos
Hojaldre de bacalao ahumado
Hojas de col rellenas de brandada
Hueva e hígado en pate
Huevas al mosto
Huevas aliñadas
Huevas con bechamel
Huevas con mayonesa
Huevas en ensalada
Huevas en salsa de cava
Huevas rebozadas y fritas
Huevos escalfados con bacalao ahumado
Huevos rellenos con bacalao
Huevos rellenos con bacalao ahumado
Humus con bacalao
Lasaña de bacalao ahumado
Lasaña de bacalao y gambas
Lomos de bacalao a la Crema del Casar
Lomos de bacalao con garbanzos
Lomos de bacalao con salsa bilbaína
Melón con bacalao
Menudo de cuaresma
Milhojas de bacalao y cebolla
Milhojas de bacalao
Mini empanadillas de bacalao
Molla de bacalao
Mouse de bacalao
Paella de angulas y bacalao
Pan de bacalao ahumado
Pan de bacalao y gambas
Papanduas
Pastel de bacalao y huevo
Pastel de bacalao
Pastel de frutos del mar
Pastel hojaldrado de bacalao

La Cocina del Bacalao

Pastelitos de bacalao
Patatas con bacalao, puerros y arroz
Patatas en salsa con bacalao
Pate de bacalao
Pavias de bacalao
Pelota de bacalao (ver Molla)
Pimenta con bacalao ahumado
Pimentón de bacalao y patatas
Pimientos de padrón rellenos
Pimientos de piquillo rellenos de bacalao
Pimientos de piquillo rellenos de bacalao ahumado
Pimientos rellenos de arroz y bacalao
Pio antequerano
Potaje de acelgas con bacalao
Potaje de Cuaresma
Puding de bacalao
Puré de habas con bacalao
Quiche de bacalao
Remojón de bacalao
Revuelto de bacalao y pimientos
Rollos de espinacas con bacalao
Romesco de bacalao
Salpicón murciando de bacalao
Sartén de bacalao
Sopa de arroz con bacalao
Suflé de bacalao
Supremas de bacalao a la menta
Supremas de bacalao a la salsa de cangrejos
Supremas de bacalao con puré de ali-oli
Supremas de cocochas
Sushi con bacalao
Sushi con pescados
Tabule de bacalao
Tarta de bacalao
Tartar de bacalao
Tarteletas de bacalao y guacamole
Terrina de bacalao ahumado
Timbal de bacalao y col

Felipe y Bárbara Luzón

Tiras de bacalao
Tortilla de bacalao
Tortilla isleña de bacalao
Tortillitas arisqueñas
Tortillitas de bacalao
Tortitas de bacalao con arroz
Tortitas de bacalao y salmón
Tortitas rellenas de ensaladilla
Tubo de bacalao (cuscus)
Volovanes de bacalao
Yemas de espárrago envueltas en ahumado

ÍNDICE RECETAS CON BACALAO AHUMADO

Abiertitos de bacalao ahumado
Aguacates con bacalao ahumado
Ajoblanco con bacalao
Bacalao ahumado con salsa tartara
Bacalao en lecho de pimientos rojos
Bacalao en salsa de vino tinto
Brocheta fría de bacalao
Canelones de bacalao
Carpacho de bacalao
Churros rellenos con bacalao
Crema de lentejas con bacalao y curry
Crema de salmorejo y bacalao
Crepes de bacalao ahumado
Dátiles con bacalao ahumado
Ensalada Aída de bacalao
Ensalada Americana de bacalao
Ensalada Beatriz
Ensalada Beaucarie de bacalao
Ensalada California de bacalao
Ensalada de ahumados
Ensalada de bacalao
Ensalada de bacalao ahumado
Ensalada de bacalao ahumado y naranja
Ensalada de bacalao al vinagre de Modena
Ensalada de bacalao con salsa verde

Ensalada de bacalao, aguacate y gambas
Ensalada de endibia y bacalao ahumado
Ensalada de setas y bacalao ahumado
Ensalada mediterránea de bacalao
Ensalada milanesa de bacalao
Ensalada Provenzal de bacalao
Ensalada Riviera de bacalao
Ensalada rusa de bacalao
Escalibada de bacalao
Espárragos rellenos de bacalao
Espárragos sobre tomate con ahumado
Filloas rellenas de bacalao y salmón
Flan de bacalao ahumado
Hamburguesas de pescada y bacalao
Hojaldre de bacalao ahumado
Huevos escalfados con bacalao ahumado
Huevos rellenos con bacalao ahumado
Lasaña de bacalao ahumado
Lasaña de bacalao y gambas
Melón con bacalao
Milhojas de bacalao
Mini empanadillas de bacalao
Paella de angulas y bacalao
Pan de bacalao ahumado
Pan de bacalao y gambas
Pastelitos de bacalao
Pimenta con bacalao ahumado
Quiche de bacalao
Rollos de espinacas con bacalao
Sushi con bacalao
Sushi con pescados
Tabule de bacalao
Terrina de bacalao ahumado
Tortitas rellenas de ensaladilla
Tubo de bacalao (cuscus)
Yemas de espárrago envueltas en ahumado

ÍNDICE RECETAS CON BACALAO FRESCO

Bacalao a la belga
Bacalao a la casera
Bacalao a la francesa
Bacalao a la Gola
Bacalao a la húngara
Bacalao a la lata
Bacalao a la naranja
Bacalao a la paisana
Bacalao a la parrilla
Bacalao al falso caviar
Bacalao al roquefort
Bacalao al vapor
Bacalao Algarvia
Bacalao Ana Belem
Bacalao asado con tomate
Bacalao canaleta
Bacalao con aletrías
Bacalao con anchoas
Bacalao con boletos
Bacalao con crema de almendras
Bacalao con filigrana
Bacalao con jamón
Bacalao con puré de puerros
Bacalao con zanahoria
Bacalao en blanco

La Cocina del Bacalao

Bacalao en crema de marisco
Bacalao en salsa
Bacalao en salsa de anchoas
Bacalao fresco a dos salsas
Bacalao fresco a la asturiana
Bacalao fresco a la bavara
Bacalao fresco a la gallega
Bacalao fresco a la inglesa
Bacalao fresco a la italiana
Bacalao fresco a la portuguesa
Bacalao fresco a la provenzal
Bacalao fresco a la sidra
Bacalao fresco a la vasca
Bacalao fresco a la vinagreta
Bacalao fresco al coñac
Bacalao fresco al estilo de Cruz
Bacalao fresco al hinojo
Bacalao fresco al horno
Bacalao fresco al horno II
Bacalao fresco al oloroso
Bacalao fresco al vapor
Bacalao fresco con pimientos
Bacalao fresco con tomate
Bacalao fresco en salsa de cítricos
Bacalao fresco gratinado
Bacalao fresco relleno de salsa de tomate
Bacalao fresco y gurumelos
Bacalao Guerrero
Bacalao marinado en papillote
Bacalao Montecarlo
Bacalao Navalmoral
Bacalao Pepin
Bacalao portugués
Bacalao rebozado con romesco
Bacalao relleno a la berebere
Bacalao relleno de bechamel
Bacalao relleno de salmón
Bacalao Rosellón

Bacalao Savoy
Caldereta de pescado
Carpacho de bacalao fresco
Cebiche de bacalao fresco
Cocochoas de bacalao en salsa verde
Cola de bacalao al horno
Habas con bacalao
Milhojas de bacalao y cebolla
Romesco de bacalao
Supremas de bacalao a la salsa de cangrejos
Tartar de bacalao
Tortitas de bacalao y salmón

ÍNDICE DE RECETAS CON BACALAO EN SALAZÓN

Agujas rellenas de bacalao
Albóndigas de bacalao
Alcachofas rellenas
Alubias con bacalao
Andrajos de bacalao
Arroz caldoso con bacalao y verduras
Arroz con bacalao algarbia
Arroz con bacalao express
Arroz con bacalao y chorizo
Arroz con patatas y bacalao
Arroz con verduras y bacalao
Arroz tres delicias con bacalao
Bacalao a Gomes de Sa
Bacalao a gratin
Bacalao a la alicantina
Bacalao a la argentina
Bacalao a la bechamel
Bacalao a la berebere
Bacalao a la campera
Bacalao a la cantábrica
Bacalao a la catalana
Bacalao a la cazuela
Bacalao a la española
Bacalao a la extremeña
Bacalao a la gallega
Bacalao a la holandesa
Bacalao a la lionesa
Bacalao a la llauna
Bacalao a la manchega
Bacalao a la madrileña
Bacalao a la mantequilla de ajo
Bacalao a la marinera
Bacalao a la meloja
Bacalao a la miel
Bacalao a la milanese
Bacalao a la moderna
Bacalao a la montañesa
Bacalao a la nata

La Cocina del Bacalao

Bacalao a la noruega
Bacalao a la payesa
Bacalao a la pita
Bacalao a la polaca
Bacalao a la Reina
Bacalao a la riojana
Bacalao a la siciliana
Bacalao a la sidra
Bacalao a la valenciana
Bacalao a la villeroy con salsa a la vizcaína
Bacalao a la vizcaína
Bacalao agridulce
Bacalao ahumado con salsa tártara
Bacalao al ajillo
Bacalao al ajo arriero
Bacalao al curry
Bacalao al estilo de Borgoña
Bacalao al estilo de Moia
Bacalao al estilo O Barco
Bacalao al horno
Bacalao al horno de leña
Bacalao al Oporto
Bacalao al pil- pil
Bacalao al postigo – ver a la paisana
Bacalao Alcántara
Bacalao Almeraya
Bacalao borracho
Bacalao caramelizado
Bacalao cocido
Bacalao cocido con coliflor y patatas
Bacalao cocido con leche
Bacalao cocido en nata
Bacalao cocido y aliñado
Bacalao con agraz
Bacalao con aceitunas aliñadas
Bacalao con ajada
Bacalao con almejas
Bacalao con almendras.

Bacalao con brécol y bechamel (ver jurel)
Bacalao con butifarra
Bacalao con caracoles
Bacalao con coliflor en salsa verde
Bacalao con costrones
Bacalao con costra de miel
Bacalao con cuscus
Bacalao con espinacas
Bacalao con huevos escalfados
Bacalao con leche al horno
Bacalao con lentejas
Bacalao con mantequilla negra
Bacalao con manzanas
Bacalao con mayonesa verde
Bacalao con melón
Bacalao con mojo
Bacalao con natas
Bacalao con orejones y arroz
Bacalao con papas
Bacalao con pasas y nueces
Bacalao con pasas y piñones
Bacalao con patatas confitadas
Bacalao con patatas y col
Bacalao con pimentón
Bacalao con pimientos
Bacalao con pimientos y pochas
Bacalao con piñones
Bacalao con poleas de pimentón
Bacalao con poleas sevillanas
Bacalao con puré de butifarra
Bacalao con salsa de chocos
Bacalao con salsa de falso ali-oli
Bacalao con salsa de menta
Bacalao con salsa de pimientos
Bacalao con salsa de pimientos verdes
Bacalao con salsa ligera
Bacalao con salsa tártara
Bacalao con sanfaina

La Cocina del Bacalao

Bacalao con setas
Bacalao con tomate
Bacalao con verduras
Bacalao con zumo de naranja amarga
Bacalao conchita
Bacalao crudo con pimentón
Bacalao cucharón y paso atrás
Bacalao de cuaresma
Bacalao de fuste
Bacalao dorado
Bacalao dorado (a braz)
Bacalao dorado con nata
Bacalao en agujas fritas (Fondue)
Bacalao en concha de peregrino
Bacalao en concha de peregrino
Bacalao en papillote
Bacalao en salazón al horno
Bacalao en salsa de guacamole con anchoas
Bacalao en salsa de huevo
Bacalao en salsa de poleo
Bacalao en salsa roja
Bacalao en salsa verde
Bacalao encebollado
Bacalao envuelto
Bacalao frito
Bacalao frito con tomate y cebolla
Bacalao gratinado a la campera
Bacalao gratinado en salsa de pimientos
Bacalao guisado
Bacalao guisado a la antigua
Bacalao guisado al estilo de Huelva
Bacalao marinado a la siciliana
Bacalao marinado con clavos
Bacalao marinado en aceite
Bacalao migao
Bacalao Montoliu
Bacalao Provenzal
Bacalao rapido

Bacalao rebozado con miel
Bacalao rebozado con poleas
Bacalao rebozado y frito
Bacalao Rosa Castell
Bacalao salado al horno
Bacalao salteado
Bacalao sobre champiñones y puerros
Bacalao sobre fondo de alcachofa
Bacalao sobre patata con mojo
Bacalao Soloviejo
Bacalao Viernes Santo
Bacalao villeroy
Bolas de bacalao y patata
Brandada de bacalao
Cabrillas con bacalao
Caldereta de pescado
Cazuela de bacalao
Chermula berebere
Crema de calabacín con bacalao
Crema de calabaza con bacalao al ajillo
Crepes de bacalao
Croquetas de bacalao
Cuscús con bacalao
Dátiles rellenos de bacalao
Empanada de bacalao
Empanadillas de bacalao
Empedrat
Empedrat Delt Ebre
Ensalada de bacalao salado
Ensalada de fresas, endibia y bacalao
Ensalada de garbanzos y bacalao
Ensalada de papaya y bacalao
Espaguetis al bacalao
Espárragos rellenos de pate de bacalao
Fideua con bacalao
Filete ruso de bacalao
Fondue (bacalao en agujas fritas)
Garbanzas con bacalao

La Cocina del Bacalao

Garbanzos con albóndigas de bacalao
Garbanzos con bacalao
Garbanzos con espinacas y bacalao
Garbanzos con verduras y bacalao
Garbanzos fritos con bacalao
Grañones
Hojas de col rellenas de brandada
Huevos rellenos con bacalao
Humus con bacalao
Lomos de bacalao a la Crema del Casar
Lomos de bacalao con garbanzos
Lomos de bacalao con salsa bilbaína
Menudo de cuaresma
Molla de bacalao
Mouse de bacalao
Papanduas
Pastel de bacalao y huevo
Pastel de bacalao
Pastel de frutos del mar
Pastel hojaldrado de bacalao
Patatas con bacalao, puerros y arroz
Patatas en salsa con bacalao
Pate de bacalao
Pavias de bacalao
Pelota de bacalao (ver Molla)
Pimentón de bacalao y patatas
Pimientos de padrón rellenos
Pimientos de piquillo rellenos de bacalao
Pimientos de piquillo rellenos de bacalao ahumado
Pimientos rellenos de arroz y bacalao
Pio antequerano
Potaje de acelgas con bacalao
Potaje de Cuaresma
Puding de bacalao
Puré de habas con bacalao
Remojón de bacalao
Revuelto de bacalao y pimientos
Salpicón murciando de bacalao

Sartén de bacalao
Sopa de arroz con bacalao
Suflé de bacalao
Supremas de bacalao a la menta
Supremas de bacalao con puré de ali-oli
Supremas de cocochas
Tarta de bacalao
Tarteletas de bacalao y guacamole
Timbal de bacalao y col
Tiras de bacalao
Tortilla de bacalao
Tortilla isleña de bacalao
Tortillitas arisqueñas
Tortillitas de bacalao
Volovanes de bacalao

ÍNDICE RECETAS HÍGADO Y HUEVAS DE BACALAO

Hígado de bacalao
Hígados fritos
Hueva e hígado en pate
Huevas al mosto
Huevas aliñadas
Huevas con bechamel
Huevas con mayonesa
Huevas en ensalada
Huevas en salsa de cava
Huevas rebozadas y fritas

Terminología empleada en esta colección de recetas

Aderezar: sazonar los alimentos.
Adobar: preparar en crudo con hierbas aromáticas, aceite y vinagre.
Agraz: zumo de uva sin madurar
Agridulce: que tiene sabor tanto de agrio como dulce.
Albardar: envolver en lonchas finas de tocino.
Ahogar: añadir demasiada salsa.
Ahumado: curado mediante el humo.
Aija: reborde de la ventresca
Albóndigas: bolas de dos centímetros y medio que se fríen o guisan.
Alimao: aliñado. Salado en barrica.
Aliño: aderezo de aceite, vinagre y sal.
Almirez. mortero de metal.
Amasar: hacer una masa.
Amontillado: tipo de vino de Jerez o Córdoba.
Aperitivo: tapa.
Aspic: preparado en molde de gelatina.
Asustar: cortar la ebullición añadiendo agua fría
Bañar: cubrir con una salsa.
Baño María: cocer un producto en un recipiente que esta dentro de otro con agua hirviendo
Bol: tazón sin asa.
Brasear: asar sobre brasas.
Brazo de gitano: capa delgada de pan, que se enrolla formando un cilindro.
Bridar: fijar con un bramante o un hilo grueso.
Budín: pudín
Buñuelo: pasta de harina frita en aceite.
Caldereta: guiso hecho en caldero. Guiso.
Caldo corto: caldo para hervir el pescado aromatizado con especias.
Caril: hojas de neem.
Carpacho: pescado crudo cortado muy fino y macerado.
Chermula: mezcla berebere de especias.
Chino: tipo de pasa purés.
Choquera: de Huelva
Cochura: cocción
Concasser: picar un alimento de forma gruesa e irregular.
Condimentar: guisar. Sazonar.

Confitar: Endulzar. Cocer en aceite.
Costrones: pan frito.
Crepes: tortitas. Escones.
Cuarto y mitad: 375 gramos
Curry: mezcla india de especias a base de cardamo.
De alba: pescado esa madrugada.
De ración: con un peso de cuarto de kilo.
Desalar: quitar la sal.
Desmigar: hacer migas.
Desmoldar: sacar un producto de su molde.
Dorar: tostar. Tomar color dorado. Es el color que toma un filete de atún cuando esta frito.
Embaricao: salado en barrica.
Emborrachar: empapar un postre con almíbar, vino o licor.
Empanar: envolver en pan rallado.
Emplatar en volcán: formar un cono en el centro del plato.
Encebollado: aderezado con mucha cebolla.
Encurtidos: verduras conservadas en vinagre.
Enharinar: pasar por harina.
Escaldar: dar un ligero hervor.
Escones: tartitas.
Espaguetis: pasta larga cilíndrica finita.
Espesar: hacer mas denso un caldo.
Espumar: quitar la espuma con una espumadera.
Estopeta: picadillo. A veces se usa también como brocheta.
Farsa: picadillo para rellenar.
Filete: se dice de secciones de peces grandes o de mitades de peces planos
Fondo: caldo concentrado base de salsas y guisos.
Fumé: caldo de pescado reducido.
Gallofa: mezcla de verduras base de una ensalada.
Gratinar: tostar por encima en el horno.
Guarnición: acompañamiento.
Habichuela: judia
Hueva blanca: hueva sin cuajar.
Jícara: onza de chocolate
Juliana: verdura cortada en porciones muy finas y pequeñas.
Levadura en polvo: crémor tártaro.
Ligar: unir, mezclar.

La Cocina del Bacalao

Macerar: sumergir un alimento en un líquido para que ablande o tome sabor.
Majar: machacar.
Manjericao: albahaca en portugués
Marinar: poner el pescado en un caldo de limón, vino y especias. Es una forma de adobar.
Mechar: introducir mechas de tocino u otros productos antes de cocinar.
Medallón: Trancha o rodaja gruesa
Mozzarella: queso italiano muy utilizado para pizzas.
Napar: cubrir
Ñora: pimiento seco, generalmente picante.
Papillote: hoja de papel untado en manteca o mantequilla en el que se envuelven los alimentos para asarlo.
Pasar por aceite: freír moderadamente.
Pasta corta: pasta de poca longitud como los lazos, los tornillos etc
Pasta larga: pasta de cierta longitud como espaguetis, fideos etc
Paupiette: pescado plano enrollado sobre si mismo, puede ir relleno
Pesto: salsa levemente espesa.
Pimenta: aliño de pimientos
Pipas: pepitas, semillas.
Pipirrana: picadillo.
Piripiri: mezcla de pimienta y guindilla molida.
Pisto: fritada de hortalizas con base de calabacín.
Plumas: pasta corta de huevo.
Rebozar: pasar por harina y huevo batido antes de freír.
Reducir: espesar mediante cochura.
Rehogar: sofreír en abundante aceite no muy caliente para que penetre bien.
Robot: tipo de trituradora picadora.
Roux: harina tostada en mantequilla que se usa para espesar.
Salar: sazonar con sal, es un tipo de conserva.
Salmorejo: salsa parecida al gazpacho pero mas espesa.
Salpimentar: sazonar con sal y pimienta.
Saltear: dar vueltas en una sartén.
Sanfonina: vieira
Sazonar: condimentar con sal y especias.
Sofreír. Freír un poquito.
Suprema: porción del lomo de un pescado
Tagliatelle: pasta larga de huevo en cintas.
Tahim: adobo, marinada. Es un termino bereber.

Tartaleta: pastelillo de hojaldre.

Todo uno: mezcla de todos los componentes de un plato.

Trabajar: remover una salsa.

Trabar: ligar una salsa.

Trabazón: salsa a base de huevos y otra salsa.

Trancha: rodaja obtenida de la parte abierta de un pescado. Trozo de pescado plano equivalente a media rodaja.

Vestir una fuente: forrar una fuente

Volován: pastel de pasta de hojaldre para rellenar.

Vol-au-vent: en castellano volován.

Equivalencias de pesos y medidas

Una cucharadita equivale a cinco gramos.

Una cucharada equivale a veinticinco gramos.

Un vasito equivale a un decilitro

Un vaso equivale a un dos decilitros

Un decilitro son siete cucharadas.

Un tazón equivale a un cuarto de litro.

Un cuarto de litro son dos decilitros y medio.

Un pellizco de sal o pimienta son diez gramos.

Un chorrillo equivale a cinco decilitros.

Un pegotito de mantequilla equivale a cinco gramos.

Un pizco equivale a cinco gramos.

La punta de un cuchillo equivale a un par de gramos

Bibliografía:

- Busca Isusi José Maria, 1977, *118 Ideas*, Bilbao, Edita Magefesa
- Calera Ana Ma, 1993, *La Cocina día a día*, Barcelona, Ed Plaza y Jane.
- Escrivá Enriqueta; Blanco Elvira, 1.955, *La Cocina de la Mujer Moderna*, Madrid, Ed. Mayfe.
- Jerez Ma Pilar, 1.985, *Mis Recetas para Hornos y Microondas*, Barcelona, Ediciones 29.
- Luzón Felipe y Barbara, 2005, *El mejillón en su fogón*, Jerez, Ed Tristana
- Luzón Felipe y Bárbara, 2005, *La Cocina del Atún*, Huelva, Ed Diputación Provincial.
- Luzón Felipe y Bárbara, 2006, *La Cocina de los peces baratos*, Huelva, Ed Dip Provincial
- Mendoza Ramón; Díaz Guillermo, 1.980, *Las setas*, Bilbao, Ed Grupo Empresa Iberduero
- Pérez Rendón J.; Romero I., 2.001, *Manual de consumo de atún*, Sevilla, Ed. Consejería de Agricultura y Pesca de la Junta de Andalucía
- Puga y Parga Manuel M., 1901, *36 maneras de guisar el bacalao*, La Coruña, Imp. Roel Rey Remedios; Romero Bernardo, 1.990, *La Cocina de Huelva*, Huelva, Diputación Prov.
- Spinola Carlos, 2002, *El libro del atún y su cocina*, Cádiz, Diputación de Cádiz
- Subijana Pedro, 2002, *Recetas de la cocina natural*, Mostoles, Ed Plaza y Jane
- Teaubner Cristian, 1.990, *El Gran Libro del Pescado*, León, Ed. Everest.
- Teaubner Cristian, 1.997, *El Gran Libro del Pimiento*, León, Ed Everest.
- VV.AA. 1.982, *Manual de Cocina*, Madrid, Editora Nacional.
- VV.AA. 1.988, *La Cocina y la Mar*, Madrid, Ed. Ministerio de Agricultura Pesca y Alimentación - FROM.
- VV.AA. 1.993, *Gran Enciclopedia de la Cocina*, Oviedo, Ed Nobel.
- VV.AA. 1.997, *Cocina Barbateña con Pescado Azul*, Barbate, Ed Semana del Mar Azul
- VV.AA. 1.998, *Amigos de la Cocina Gallega*, Vigo, Ed Xunta de Galicia
- VV.AA. 2.003, *El libro de los caldos caseros*, Barcelona, Ed Gallina Blanca
- VV.AA. 2.003, *El mundo del arroz*, Madrid, Ed Arroz SOS
- VV.AA. 2.003, *La cocina marinera*, Punta Umbría, Ed Exmo Ayuntamiento
- VV.AA. 2.003, *Peix i Marisc*, Barcelona, Edicola-62
- Vélez Carmen, 1.991, *El libro de los pescados*, Madrid, Alianza Editorial.
- Zaiño Goye José A., 1.992, *Recetario de la Cocina Isleña*, Lepe, Edición propia.