



BACALHAU DOURADO (RECETA DE ISABEL TAMAYO)

DIFICULTAD PREPARACIÓN
Intermedio 25 min

COCINADO
25 min

Ingredientes

Bacalao: 400 gr. de bacalao desalado (Nota1)
Cebolla: 1 mediana
Ajo: 1 diente
Laurel: 1 hoja
Patatas: 1/2 kg (Nota 2)
Huevos: 8 (Nota 3)
Aceite de oliva virgen extra
Perejil: fresco recién picado
Pimienta blanca
Sal: (muy poca)
Opcional: 50 gr. de aceitunas negras sin hueso (para decorar)



Preparación

1. Ecurrimos y desmenuzamos el bacalao desalado previamente hasta que nos queden trozos pequeños. Reservamos.
2. Batimos los huevos y reservamos. Les ponemos la sal calculando sólo la que ellos necesitarían.
3. Rallamos las patatas para hacer tipo paja con una mandolina. Las lavamos varias veces para que suelten todo el almidón posible y no se peguen ni se oscurezcan. Secamos o centrifugamos para que no salte el aceite. Freímos en abundante aceite de oliva virgen extra hasta que nos queden doradas y crujientes. Retiramos a un plato con papel absorbente.
4. Dejamos en la sartén donde freímos las patatas un poquito de aceite para hacer la cebolla.
5. Cortamos la cebolla en juliana muy fina y la pochamos, junto con el ajo muy picado y la hoja de laurel, hasta que veamos transparente la cebolla.
6. Cuando esté lista añadimos las migas de bacalao que tenemos reservado y rehogamos todo muy bien. Probamos de sal por si nos hemos pasado con el desalado. Reservamos.
7. Añadimos al sofrito del bacalao y la cebolla, las patatas paja y la pimienta blanca y se da unas vueltas hasta mezclar todo bien.
8. Añadimos los huevos batidos. Y ahora toca remover, a fuego medio y con una espátula o cuchara de madera, suavemente durante 2-3 minutos hasta cuajar el revuelto.
9. Picamos el perejil y troceamos las aceitunas para la decoración del plato. Disponemos el revuelto sobre la fuente o plato grande en la que lo vamos a servir.
10. Espolvoreamos con el perejil picado y las aceitunas.

Notas

- Se puede utilizar los lomos de bacalao al punto de sal que venden en Mercadona (cerca de 400 por pieza). Descongelamos y posteriormente desmenuzamos fácilmente con un cuchillo de sierra sin hacer el movimiento de serrar y en bisel.
- Se pueden usar, para ahorrarnos todo el proceso de hacer las patatas paja, un par de bolsas de patatas paja de 100 gr de las que venden en el Mercadona (total 200 gr).
- Truco: para mejorar la receta a los huevos se les añade una salsa bechamel muy ligera (con una textura como la de cualquier salsa normal). Hay que dejarla templar antes de unirla a los huevos.

AUTOR	NOMBRE DEL DOCUMENTO	REFERENCIAS DEL DOCUMENTO			Página
		Grupo	Edición/Revisión	Fecha	
JuCaSaTa	Bacalhau Dourado	Pescados y Mariscos	01	01-01-2026	1 de 1