



BOQUERONES RELLENOS DE PIMIENTO PIQUILLO

DIFICULTAD PREPARACIÓN COCINADO
Intermedio 20 min 5-8 min

Ingredientes

Boquerones: 32 unidades (limpias y abiertas).
Pimientos del piquillo: 8 unidades (o 16 medios pimientos).
Huevos: 3 unidades (batidos).
Harina: 1 plato (para enharinar).
Aceite: 1 litro (aproximadamente, para freír).
Sal: al gusto.



Preparación

1. Limpiar y abrir los boquerones retirando las vísceras, escamas y la espina central sin romper los lomos, o adquirirlas ya preparadas en forma de libro.
2. Sazonar los boquerones por sus dos lados.
3. Organizar los boquerones abiertos en dos hileras con igual cantidad de piezas arriba y abajo sobre papel absorbente.
4. Preparar el relleno cortando los pimientos del piquillo longitudinalmente por la mitad.
5. Montar los bocadillos colocando medio pimiento sobre cada anchoa de la hilera superior y tapándolas con las de la hilera inferior, haciendo coincidir las colas.
6. Presionar ligeramente cada grupo de boquerones rellenos para que queden compactas.
7. Pasar por harina cada grupo, asegurándose de sacudirlas bien para eliminar el exceso.
8. Bañar en huevo batido tras haber sido enharinadas.
9. Calentar el aceite en una sartén hasta alcanzar unos 2 cm de espesor.
10. Freír en el aceite caliente (sin que llegue a humear) durante 1 minuto por cada lado hasta que tengan un color dorado y jugoso.
11. Escurrir colocando los boquerones en una fuente con papel absorbente para retirar el exceso de grasa.
12. Servir inmediatamente mientras estén recién fritas.

Notas

- Se puede acompañar el plato con una ensalada verde como complemento ideal.
- Es necesario ir completando el volumen de aceite en la sartén conforme se vaya consumiendo durante la fritura.
- Para manipular los boquerones rellenos con mayor seguridad al freír, se puede utilizar una espátula.

AUTOR	NOMBRE DEL DOCUMENTO	REFERENCIAS DEL DOCUMENTO			Página 1 de 1
		Grupo	Edición/Revisión	Fecha	
JuCaSaTa	Boquerones rellenos de pimiento piquillo	Pescados y Mariscos	01	14-10-2025	