



CUAJADO DE VERDURAS Y BACALAO

DIFICULTAD PREPARACIÓN COCINADO
Intermedio 35 min 45 min

Ingredientes

Acelgas (sin pencas) /espinacas: 750 gr. en la proporción deseada
Patatas: 400 gr.
Cebollas: 200 gr.
Bacalao: 200 gr.
Huevos: 1 o 2
Ajo: 2 dientes
Pimentón dulce de La Vera: 1/2 cucharada de café
Laurel: 1 hoja (partida en dos)
Pimienta negra grano: 6 bolitas
Clavo entero: 1 unidad
Aceite de oliva Virgen Extra
Sal



Preparación

1. Desalar el bacalao el día previo.
2. Pelar los dientes de ajo, cortarlos por la mitad a lo largo y quitarles el germen. Picarlos muy fino o majarlos bien en un mortero o con un exprimidor de ajos. Majar con el clavo y la pimienta en grano. Diluir con tres cucharadas de agua. Reservar.
3. Cortar y lavar en dos aguas las hojas de la acelga, poner una cazuela al fuego con agua y cuando llegue a ebullición añadir las acelgas. Dejar hervir 10 minutos.
4. Añadir las espinacas a las acelgas. Dejar hervir juntas otros 10 minutos. Se escurren y se reservan.
5. Se da un hervor ligero al bacalao ya desalado. Se saca, y en la misma agua se cuecen las patatas con piel. Se pelan y se cortan en lascas como para tortilla.
6. En una sartén grande calentar 2 o 3 cucharadas de aceite de oliva y sofreír la cebolla a fuego medio, hasta que esté tierna y ligeramente translúcida (empezando a dorarse), removiendo de vez en cuando para que no se nos queme.
7. Agregar el ajo picado/majado con las especias, remover bien y sofreír un par de minutos más y, entonces, se le echa la hoja de laurel y la 1/2 cucharadita de pimentón teniendo cuidado de que no se queme. Rápidamente se añaden las patatas, las verduras y el bacalao.
8. Se revuelve y mezcla todo muy bien y se sala, si es necesario ("truqui": añadir algo menos de un cuarto de pastilla de caldo de pescado).
9. Se cubre todo con huevo batido y se mete en el horno con gratinador hasta que se cuaje.

Notas

- *El bacalao se puede sustituir por 150 gr de jamón ibérico cortado en "brunoise", que se debe rehogar solamente un poco al ir a finalizar la cebolla. Comprobar muy bien la sal.*
- *Utilizando 3 huevos en vez de 1 o 2: batir y mezclarlos con las verduras, patata, cebolla y bacalao. Ponerlo todo en una fuente y meter al horno a 170º y esperar que el huevo cuaje sin que quede tan cuajado como una tortilla.*
- *Las patatas en vez de cocer enteras se pueden partir al modo de para tortilla de patatas y, entonces, se hacen con la cebolla, como si fuéramos a hacer tortilla. Resulta ya un plato más contundente.*

AUTOR	NOMBRE DEL DOCUMENTO	REFERENCIAS DEL DOCUMENTO			Página
		Grupo	Edición/Revisión	Fecha	
JuCaSaTa	Cuajado de verduras y bacalao	Vegetales	01	21-12-2025	1 de 1