

# Recetas fáciles y saludables

## Cazuela de bacalao noruego



**Ingredientes:** para 4 porciones

- 800 grs. de bacalao noruego deshidratado de importación Carrefour
- 800 grs. de papas
- 1 ½ cebolla
- 1 morrón rojo
- Aceite de oliva Carrefour
- 500 grs. de tomate Huella Natural.
- 2 cucharadas de puré de tomate Carrefour
- 500cc de agua
- Aceitunas negras y/o verdes



**Preparación:**

Poner en remojo el bacalao noruego deshidratado durante una noche para hidratarlo.

Cortar el pescado en cubos, las papas en rodajas y las cebollas y pimientos. Picar el tomate. Pintar con aceite de oliva o rocío vegetal una cacerola ancha. Colocar el pescado, las papas y las verduras en capas, luego el tomate picado por encima. Agregar el puré de tomate y verter por encima el agua. Cocinar 5 minutos a fuego fuerte, luego bajar y cocinar a fuego lento con la tapa durante aproximadamente 1 hora. Agitar suavemente la cacerola de vez en cuando, pero sin revolver el bacalao. Sazonar con pimienta y sal.

¡Llévalo a la mesa y disfrutá!

Lic. Luciana Tenreiro MN 6360