

La table

Bacalhau



Les ingrédients

1.5 kg morue séchée, 1 kg tomates mure, 1,5 kg pommes de terres, 2 gousse d'ail, 6 oignons, 2 poivrons, 10 cl huile olives, 12 olives noires, sel, poivre

La veille, coupez la morue en gros morceaux et faites la dessaler à l'eau froide pendant 24 h en renouvelant l'eau 3 fois.

Le jour même, faites cuire les pommes de terre 25 minutes à l'eau bouillante salée. Egouttez, épluchez et coupez-les en tranches. Emincez les oignons et les gousses d'ail puis coupez les tomates en petits dés et les poivrons.

Dans une poêle, faites chauffer l'huile d'olive et cuire les oignon, l'ail puis les tomates, salez, poivrez et laissez mijoter une dizaine de minutes. Dans une deuxième poêle saisir les morceaux de morue une dizaine de minutes.

Une fois que le poisson est cuit ajoutez-y les pommes de terre en tranches et la sauce tomate. Incorporez les olives noires et laissez mijoter encore 5 minutes en mélangeant bien.

Retrouver des conseils et toutes les recettes en ligne sur www.latable.no

La table

Bacalhau



Ingredienser

1,5 kg tørkede torsk, 1 kg tomater, 1,5 kg poteter, 2 fedd hvitløk, 6 løk, 10 cl olivenolje, 12 svarte oliven, 2 paprika, salt, pepper

Dagen før, pusse torsk under rennende vann og skjær i biter. Legg dem i kaldt vann i 24 timer (vann 3 ganger)

Samme dag, kok potetene 25 minutter i vann, skrell og skjær i skiver.

Skjær løk, hvitløk, paprika, tomatene i små terninger. I en stekk pan, legg hvitløk og tomater, salt, pepper og koke i ti minutter.

Stekk av torsk i ti minutter. Når fisken er kokt, tilsett potetene i skiver og tomatsaus.

Tilsett oliven og la det småkoke i 5 minutter, rør godt.

Finn alle oppskrifter på www.latable.no