

## Receta de Bacalao con Miel y Piñones

29 Mayo 2015



Buenos días a tod@s, para hoy os dejo una riquísima receta de Bacalao con miel y piñones, seguro que a l@s amantes de este rico pescado les encantará esta receta que está de rechupete, y para l@s que no lo han probado os recomiendo que lo preparéis.

### Ingredientes

- Lomos de bacalao desalado (tres o cuatro según comensales)
- Miel de Caña u otra (dos cucharadas)
- Vino dulce (medio vaso)
- Harina (una cucharada)
- Ajos (dos dientes)
- Piñones (30grs)
- Aceite de oliva
- Vinagre balsámico (una cucharada)

### Modo de Preparación

1. Desalar el bacalao según vuestra costumbre
2. En una cacerola o sartén con un poco de aceite de oliva, rehogar los ajos y retirarlos, después saltear los piñones con cuidado que no se quemen y reservarlos
3. Pasar el bacalao por harina y dorarlo en el aceite por ambos lados, dejarlo escurrir sobre papel absorbente
4. En el mismo aceite, añadir el vino y dejar reducir un poco, después echar la miel y el vinagre y remover la cacerola en círculos para que ligue bien la salsa
5. Añadir los piñones y seguir moviendo unos minutos más
6. Echar los lomos de bacalao y mover despacio unos minutos, para que tomen el sabor de la salsa
7. Servir caliente y.....buen provecho!!!