

Receta de Bonito Fresco Con Tomate

22 Abr 2014



Buenos días, para hoy os voy a dejar otra receta de pescado, se trata de Bonito fresco con tomate, es muy fácil de preparar y resulta un plato exquisito.

Ingredientes

- Bonito fresco (cantidad a vuestra elección)
- Cebolla (una grande o dos medianas)
- Ajos (dos o tres dientes)
- Pimiento verde (uno pequeño)
- Tomate frito casero u otro (500grs o 1kgr. según cantidad de bonito)
- Aceite de oliva
- Sal y pimienta negra

Modo de Preparación

1. En una cacerola con un poco de aceite de oliva, dorar los ajos y después echar la cebolla bien picadita y el pimiento también en trocitos pequeños
2. Dejar que se rehogue todo y cuando esté bien refrito añadir el tomate y remover bien para mezclar los demás Ingredientes:
3. Trocear el bonito en cuadraditos medianos
4. Echar un poco de sal y pimienta y añadirlo a la cacerola
5. Mantenerlo unos cinco o diez minutos cociendo y.....listo para servir!!!!