

# Hoy cocinamos ¡bacalao con puerros!

## Hoy cocinamos ¡bacalao con puerros!

[imprimir](#)



Aunque los dulces son los reyes de la **Semana Santa**, hay un plato tradicional del que no podemos olvidarnos: el **[bacalao con puerros](#)**. No solo porque es delicioso, sino porque es muy saludable.

Este plato es apto para **las dietas [sin lactosa](#) y [sin gluten](#)**. Además es **cardiosaludable** gracias a los nutrientes del bacalao y los puerros. Con el especial sabor de la **cocción a fuego lento** gustará a toda la familia, hasta a los **niños**, que son los más exigentes.

**Ingredientes** para cuatro personas:

- Sal
- 4 cucharadas de aceite de oliva
- Una medida de vino blanco
- Cebollino
- Dos puerros
- 1'5 medidas de agua
- 800 gramos de bacalao desalado
- 2 patatas

Primero limpia, lava y corta la parte blanca de los puerros en rodajas de un dedo de grosor. Pela las patatas y córtalas un poco más gruesas que el puerro. Después corta el bacalao en dados grandes y pica el perejil.

Ahora vierte dos cucharadas de aceite, los puerros, las patatas, el vino blanco y el [bacalao en trozos](#) con un poco de sal y la medida y media de agua en tu **Chef Plus Induction**. Cierra la tapa, programa el **menú Pescados** y espera a que termine. Mientras, puedes aprovechar para picar el cebollino.

Pasado este tiempo, Pruébalo y rectifica la sal. Sirve el bacalao con las verduras, regando con el aceite restante para que le de un toque de sabor y espolvorea el cebollino picado. ¡Verás que resulta delicioso!

Etiquetas

[bacalao](#)

[bacalao con puerros](#)

[puerros](#)

[Induction Pro](#)

## Deja tu comentario

Su nombre

E-mail

Comentario

[Acerca de formatos de texto](#)

## Plain text

- No se permiten etiquetas HTML.
- Las direcciones de correos electrónicos y páginas web se convierten en enlaces automáticamente.
- Saltos automáticos de líneas y de párrafos.

Publicar