

Bacalao a la vizcaína

Publicada por:

[imprimir](#)

- 10 '
- 12 '
- 4



Comentario nutricional

El bacalao contiene una buena proporción de fósforo y potasio, ambos intervienen en el correcto funcionamiento del sistema nervioso y en la actividad muscular.

Modo express

1. Corte las cebollas y los pimientos en tiras finas; pique los ajos.
2. Introduzca todos los ingredientes en la cubeta, excepto el bacalao. Remueva bien, disponga el bacalao encima de todo y cierre la tapa.
3. Programe el menú Horno a 180º durante 12 minutos.

4. Si prefiere el bacalao más hecho, déjelo reposar 10 minutos en la cubeta antes de abrir la tapa.
- 5.
6. Aquí tienes el vídeo de la receta: