

Pudin de bacalao

Publicada por:

[imprimir](#)

- 30 '
- 47 '
- 4



Comentario nutricional

El bacalao destaca por su aporte en ácidos grasos esenciales, minerales y vitaminas del tipo B, que intervienen en el buen aprovechamiento de los nutrientes de la dieta.

Modo express

1. Mezcle las migas de bacalao con los 3 huevos, la nata, el pan, la cebolla picada, la carne del pimiento choricero, el diente de ajo picadito y el tomate triturado.
2. Engrase la cubeta de la Chef Plus Induction con el aceite y monte el pudin en su interior de la siguiente forma: una capa del preparado anterior, una de pimientos del piquillo, otra de preparado y otra de pimientos.
3. Programe el menú Dorar/Plancha 30 minutos a 151º y cierre la tapa.
4. Deje enfriar un poco antes de desmoldar.