# Bacalao a baja temperatura con aroma de romero.



Bacalao a baja temperatura con aroma de romero.

Tenia muchas ganas de empezar con la cocina a baja temperatura . Ya he probado varios platos con esta cocción y es una delicia. En el momento que los preparas a baja temperatura , yo creo que se quedan en la lista de favoritos.

Hoy os traigo una receta de bacalao, creo que os va a entrar el gusanillo y empezareís a probar esta técnica de cocina.

Lo primero que os voy a contar es que aunque yo me he provisto de la máquina de envasar al vacío (foodsaver) y un roner clip de Taurus, podéis preparar esta receta con un termómetro que controle la temperatura del agua. Si no teneis máquina de envasar al vacío, podeis utilizar bolsas zip, que sean aptas para cocción e ir probando, pero aseguraros de eliminar el aire. Yo si que recomiendo la máquina de envasado para empezar, y después ya ir comprando otros accesorios.

De todas maneras esta receta la he preparado sin termómetro ni roner, simplemente para poder explicaros como hacerlo modo casero. El otro dia cuando subí el salmón en Instagram , muchos me preguntasteís como lo podías hacer, así que ahi va mi receta modo casero, testada por mi. Es decir , que me la he comido y está de rechupete.

Yo he envasado el bacalao con aove, romero y ajo confitado que tenía de la receta de las alcachofas confitadas Alcachofas ,pero podéis utilizar romero fresco, ajo y cayena.

### INGREDIENTES: 2 personas.

- 2 trozos de bacalao desalado o al punto de sal.
- 2 ajos.
- romero.
- aros de cayena al gusto.
- aceite de oliva virgen extra ( aove)
- 4 pimientos del piquillo asados.
- 1 bolsa de envasado.



Bacalao a baja temperatura con aroma de romero.

## PREPARACIÓN :

### Paso 1:

Vamos a envasar el bacalao con aove y aromatizar con romero, ajo y aros de cayena.





Con la máquina de envasado, ponemos juntos los lomos de bacalao e intentamos eliminar el aire , el resto lo hace la máquina, una pasada.

### Paso 2:

Ponemos a calentar agua en una cacerola, donde quepa y cubra el envasado. Hay que calentar a 60 grados. Si tenemos termómetro genial, si no yo he calculado que sería al 3 de inducción. Tardaremos unos 10 minutos en que alcance la temperatura.



Bacalao a baja temperatura con aroma de romero

Cuando haya alcanzado los 60 grados, lo dejamos sumergido otros 10 minutos. Sacamos y cuando se haya enfriado , lo sacamos del envase, retiramos los jugos y marcamos en plancha.



Bacalao a baja temperatura con aroma de romero

El marcado debe ser rápido , vuelta y vuelta.

Ya servimos , en este caso lo he acompañado de piquillos marcados en plancha, un chorro de aceite gourmet de aceituna Royal y un poco de edamame . He espolvoreado con sal de pétalos de rosa, que le va genial al pescado, y listo para comer.



Bacalao a baja temperatura con aroma de romero