

# 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 empezareis 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 preguntasteis 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