



Marmitako de Bonito

Ingredientes - Para 4 persona(s)

- 2 Ud. de *Tomate*
- 500 g de *Bonito fresco*
- *Pimienta negra molida*
- *Aceite de oliva virgen*
- 1 ltrs de *Caldo de pescado*
- 1 Ud. de *Cebolla grande*
- 1 Ud. de *Pimiento verde*
- 2 Diente(s) de *Diente de ajo*
- *Sal*
- 800 g de *Patatas*
- *Tabasco*
- 1 Cucharada(s) de *Pulpa de pimiento choricero*

Preparación

Paso 1 - Preparar las verduras

Pela y pica finamente todas las verduras (**la cebolla, los ajos, el pimiento verde y los tomates**).

Paso 2 - Sofreír las verduras

Pon una cazuela al fuego con un poco de **aceite de oliva** y rehoga durante unos minutos la **cebolla** con el **ajo** y el **pimiento**, hasta que empiecen a ablandarse. Añade entonces los **tomates** y cocinamos todo junto durante unos minutos. Debe quedar un sofrito bien pochadito.

Paso 3 - Añadir las patatas

Pela las **patatas** e incorpóralas a la cazuela cascándolas con el cuchillo y procurando que queden en trozos del mismo tamaño. Para cascarlas, introduce un poco el cuchillo en la patata y rómpela con un movimiento seco ("chask!"). Así lograrás que la salsa engorde.

Paso 4 - Cocinar las patatas

Rehoga las **patatas** en la cazuela, añade la **pulpa de pimiento choricero** y cubre con el **caldo de pescado**. Deja cocer a fuego medio unos 20 minutos. Hasta que las patatas estén hechas (comprueba pinchando con un cuchillo).

Paso 5 - Añadir el bonito

Limpia bien el **bonito** y córtalo en dados tamaño bocado. Mételo en la cazuela y deja que se



cocine durante 3 minutos.

Paso 6 - Sazonar y servir

Revisa el punto de **sal**, añade un poco de **pimienta**, y si quieres darle un toque picante, es el momento de ponerle unas gotas de **tabasco**. Sirve bien calentito.