



## Pimientos rellenos de Bacalao

**Ingredientes** - Para 4 persona(s)

- 1 Ud. de *Cebolla*
- 8 Ud. de *Pimientos del piquillo*
- 50 g de *Harina*
- 50 g de *Mantequilla*
- 1 Pellizco(s) de *Sal*
- 1 Pellizco(s) de *Nuez moscada*
- 400 g de *Bacalao*
- 3 Cucharada(s) de *Aceite de oliva*
- 500 Rama(s) de *Leche de vaca, entera*
- 1 Pellizco(s) de *Pimienta*

### Preparación

Paso 1 - Preparación del bacalao

Desalaremos el **bacalao** si es necesario, dejándolo en agua durante 24-48 horas y cambiando el agua cada 8 horas. Una vez desalado, escurriremos bien el bacalao y lo desmenuzaremos en trozos pequeños. **Este paso es crucial** para asegurar que el bacalao no esté demasiado salado y tenga la textura adecuada para el relleno.

Paso 2 - Preparación de los ingredientes

Picaremos finamente la **cebolla** y la rehogaremos en una sartén con una cucharada de **aceite de oliva** hasta que esté transparente. Añadiremos el **bacalao desmenuzado** y cocinaremos por unos minutos hasta que el bacalao esté bien cocido. Reservaremos la mezcla. La preparación adecuada de los ingredientes garantiza un relleno sabroso y bien integrado.

Paso 3 - Preparación de la bechamel

En una cacerola, derretiremos la **mantequilla** a fuego medio y añadiremos la **harina**, removiendo constantemente hasta obtener una mezcla homogénea y dorada. Poco a poco, incorporaremos la **leche de vaca, entera**, sin dejar de remover para evitar grumos. Cocinaremos la bechamel a fuego lento hasta que espese. Sazonaremos con **sal, pimienta**, y **nuez moscada** al gusto. **Una bechamel bien hecha** es la clave para un relleno cremoso y delicioso.

Paso 4 - Mezcla del relleno

Incorporaremos la mezcla de **bacalao y cebolla** a la bechamel, removiendo bien para que todos los ingredientes queden bien integrados. Dejaremos enfriar un poco antes de proceder al relleno de los pimientos. Mezclar bien el relleno asegura una distribución uniforme de los



sabores.

### Paso 5 - Relleno de los pimientos

Con cuidado, rellenaremos los **pimientos del piquillo** con la mezcla de bacalao y bechamel, utilizando una cuchara pequeña para no romper los pimientos. Colocaremos los pimientos rellenos en una fuente de horno previamente engrasada con un poco de **aceite de oliva**. El relleno adecuado de los pimientos es básico para que mantengan su forma y no se deshagan durante la cocción.

### Paso 6 - Cocción de los pimientos

Precalentaremos el horno a 180°C y hornearemos los pimientos rellenos durante unos 20-25 minutos, o hasta que estén bien calientes y ligeramente dorados por encima. La **cocción lenta** en el horno hace que los sabores se mezclen y que los pimientos queden tiernos y sabrosos.

### Paso 7 - Presentación del plato

Serviremos los **pimientos del piquillo** rellenos de bechamel y bacalao calientes, acompañados de una ensalada fresca o de un poco de pan. Podemos decorar el plato con un poco de perejil picado para darle un toque de color. Ya dicen que la presentación es lo más importante para hacer el plato más atractivo y apetecible.

### Paso 8 - ¡A disfrutar!

Disfrutaremos de este delicioso plato como primer plato o como plato principal ligero. La combinación de la cremosidad de la bechamel con el sabor delicado del bacalao y la dulzura de los pimientos del piquillo es irresistible. ¡Ya sólo queda gozar de una experiencia culinaria que combina tradición y sabor!