

**Creador:** Monónimo **Recetizador:** Isabel Lorenzo



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Primer plato

**Tipo de cocina:** Baja en colesterol

**Otros:** Cocina Saludable

**Coste:** Medio

## **Descripción:**

Como bien es sabido odio cocinar las legumbres al modo tradicional, a mí los pucheros humeantes me dan grima casi siempre. Sí, señores, me lo como todo frío o templado (menos los gratinados y eso). Así que, he aquí un nuevo invento, el Re-huerto de Bacalao. Fácil, rápido y sabroso.

## Ingredientes para 4 personas :

- 500 g. de Una bolsa de verduras congeladas variadas (pimiento, cebolla, champiñones, brócoli y judías verdes)
  - *Hacendado*
  - 1 lata de Pimientos del piquillo
  - 1 bote de Garbanzos cocidos *Hacendado*
  - 300 g. de Bacalao desalado
  - Aceite de oliva
  - Perejil
  - 1 cucharada de Pimentón
  - Sal y pimienta
- 

## Preparación:

### Paso 1

En una cazuela maja echamos un poco de aceite y ponemos a calentar, una vez caliente echamos las verduras sin descongelar. Cuando las verduras estén descongeladas añadimos las migas de bacalao y tapamos. Abrimos el bote de garbanzos y los escurrimos y lavamos hasta que deje de salir espuma. Los añadimos en la cazuela y cortamos los pimientos del piquillo en tiras, los echamos y removemos. Añadimos poca sal (por si el bacalao no está bien desalado) una cucharada de pimentón, un poco de pimienta y de perejil y dejamos cocinar a fuego suave unos doce minutos, removiendo de vez en cuando.