Rape a la Catalana

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Eva Codina **Recetizador:** Assum



Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Segundo plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Tradicional
Coste: Medio

El truco de esta receta:
A mi me gusta ponerle una patata cortada muy pequeña

Descripción:

La gastronomía de Cataluña forma parte de la dieta mediterránea y, como tal, incluye una gran variedad de productos del mar, de la montaña y de la huerta. La cocina catalana ha aportado toda una serie de platos que ya son conocidos en distintos lugares del mundo

Ingredientes para 4 personas :

- 600 gr. de rape
- 1 vaso de caldo de pescado
- 2 cebollas
- 2 hojas de laurel
- Aceite de oliva virgen
- Unas hebras de azafrán
- 8 cucharadas de salsa de tomate
- 1 cucharada de harina
- 100 gr. de guisantes
- 2 cucharadas de almendras tostadas
- 3 dientes de ajo
- Sal

Preparación:

Paso 1

Poner a pochar las cebollas, con el laurel y cuando este transparente la cebolla, agregar la harina, la salsa de tomate y el caldo de pescado, y dejar cocer a fuego lento. Mientras tanto preparar un majado con los ajos, las almendras y el azafrán. Añadir a la cocción el rape cortado en rodajas no muy gruesas, los guisantes y el majado dejando cocer a fuego medio 10 minutos.