

**Creador:** Juan Neira Dura **Recetizador:** mailo



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Intermedia

**Tipo de plato:** Segundo plato

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Saludable

**Coste:** Medio

**Descripción:**

**Ingredientes para 4 personas :**

- 1 KG de PERLON
- 3 PATATAS
- 1 PIMIENTO VERDE
- 2 PIMIENTO CHORICERO
- 1 VASO de VINO BLANCO
- 2 DIENTES de AJO
- 1 AGUA
- 1 ACEITE DE OLIVA
- 1 SAL
- 1 PIMIENTA NEGRA
- 1 TROCITO de GUINDILLA

**Preparación:**

### Paso 1

LIMPIA EL PESCADO ABRELO Y RETIRA LAS ESPINAS RESERVA LA CARNE Y PON A COCER LA CABEZA , ESPINAS, COLA EN UNA CACEROLA CON AGUA HIRVIENDO , SAL Y UNAS RAMAS DE PEREJIL DEJA QUE HIERVA DURANTE 10-15 MINUTOS

### Paso 2

PON LOS PIMIENTOS CHORICEROS A HIDRATAR EN UN CUENCO CON AGUA CALIENTE CUANDO ESTEN BLANDITOS RETIRA LA CARNE , PICA Y RESERVA , TROCEA LOS AJOS Y LA CEBOLLA Y DORA TODO AÑADE EL PIMIENTO VERDE PICADO SAZONA Y POCHA

### Paso 3

CASCA LAS PATATAS CUANDO LAS VERDURAS TOMEN COLOR AÑADELAS Y MEZCLA MOJA CON EL VINO Y CUBRE CON EL CALDO DE PESCADO COLADO INCORPORA LA CARNE DE PIMIENTO

**CHORICERO Y LA GUINDILLA COCIDA 15 MINUTOS**

**Paso 4**

**CORTA EL PERLÒN EN DADOS Y SALPIMIENTA DEJA QUE EMPIECE A HERVIR Y APAGA EL FUEGO  
MANTEN AL CALOR Y DEJA REPOSAR 5 MINUTOS MAS SIRVE EL MARMITAKO**