

# COCINA Y HOGAR

## BACALAO CON LECHE

### INGREDIENTES

(PARA 6 PERSONAS)

1 kilo de bacalao troceado.  
3 cebollas medianas, 100 gramos de avellanas tostadas, majadas en el mortero, 1 cucharada sopera de harina,  $\frac{1}{2}$  litro de leche, 5 cucharadas soperas de aceite, 1 hoja de laurel, 1 pellizco de hierbas aromáticas, un poco de nuez moscada rallada, Agua y sal.

En un cazo se pone el bacalao (habiendo estado en remojo desde la noche anterior) con la hoja de laurel y se cubre con agua fría. Se pone al fuego, y cuando empieza a cocer el agua se retira del fuego el bacalao. Se deja en espera en su agua.

En una sartén se fríe la cebolla muy picada a fuego

bastante lento. Cuando empieza a dorarse se le agrega la harina. Dándole vueltas con una cuchara, se le añade un poco de agua del bacalao. Se reserva.

En una fuente más bien honda, se va colocando el bacalao quitándole la piel y las espinas, en trozos grandes.

Al refrito de la sartén se le va añadiendo la leche y se deja cocer dos minutos aproximadamente. Se le echa el pellizco de hierbas aromáticas y la nuez moscada. Esta salsa se vierte por encima del bacalao. Se añade sal (si hace falta) y se espolvorean las avellanas picadas. Se deja en el fuego unos quince minutos más, sacudiendo de vez en cuando la fuente para que el bacalao se impregne bien.

## CONSEJOS

### \* CUCHILLOS

Cuando la hoja de un cuchillo está oxidada. Partid una cebolla por la mitad. Oprimid la parte cortada contra un poquito de azúcar en polvo y luego restregadla enérgicamente por la hoja del cuchillo.

### \* COL

La col desprende un olor muy desagradable al cocerla. Para que tal "aroma" no invade la casa entera, basta con poner un paño limpio y bastante grueso, empernado en vinagre, encima de la cazuela en que se está cociendo la col.



## PASTAS ALIMENTICIAS

### MANZANEQUE

#### LA BUENA PASTA DE LAS PASTAS ESPAÑOLAS

FIDEOS - MACARRONES - ESPAQUETIS  
CANELONES - HARINA DE TRIPSTERIA  
PAN RALLADO

HONESTA  
MANZANEQUE, S. A.

AVDA. JOSE ANTONIO, 51  
TELEFONO \* 86 01 00  
CAMPO DE CRIPTANA  
(CIUDAD REAL)