



# Caballa en escabeche

**RACIONES:** 4 personas

**DIFICULTAD:** Media

**FUNCIONES:** Manual

**NIVEL PICANTE:** No picante

**TIEMPO DE PREPARACIÓN:** 10 mins

**TIEMPO DE COCCIÓN:** 70 mins

**TIEMPO TOTAL:** 80 mins

**ACCESORIOS:**   Corte grueso

## Ingredientes

### Ingredientes 1

2 caballas grandes  
Sal  
150g de harina  
500ml de aceite de oliva

### Ingredientes 2 Salsa

6 cebollitas chalotas  
8 dientes de ajo  
3 zanahorias  
80ml de vinagre de Módena

## Preparación

### Antes de empezar

Coloca el disco de corte grueso en el Direct Prep. Ajusta la temperatura a 170°C, el tiempo a 20 minutos, la velocidad a 0 y presiona OK. Chafa los ajos, pela las zanahorias y cebollitas. Limpia y descabeza las caballas, córtalas en rodajas gruesas, sala al gusto y pasa por la harina. Quitales el exceso de harina.

### Paso 1

Vierte el aceite en el recipiente y presiona START. Espera 8 minutos e introduce 8 rodajas rebozadas en el recipiente. Cuando hayan pasado 4 minutos, abre la tapa y dales la vuelta. Pulsa START y deja que se doren otros 4 minutos. Retíralas sobre papel secante. Coloca la tapa, presiona START, espera 2 minutos y repite el proceso hasta acabar con las rodajas. Cuando acabes, pulsa el botón CANCELAR y deja el aceite en el recipiente. Coloca las rodajas en una fuente.

### Desarrollo salsa

Ajusta la temperatura a 75°C, el tiempo a 50 minutos, la velocidad a 1 y presiona OK. Coloca el accesorio pala de remover e introduce en el recipiente con el aceite del paso 1, los ajos rotos de INGREDIENTES SALSA. Presiona START. Gira el Direct Prep a posición 1 y corta las zanahorias y cebollitas de INGREDIENTES 2 dentro del recipiente. Añade el vinagre y vierte la salsa sobre las rodajas de caballa. Deja enfriar y reposar unas horas antes de consumir.

**Apto para:**

**Intolerantes a la lactosa.**