

Qué fácil es cocinar con


COOKING CHEF



Bonito con tomate

4 personas



Accesorios necesarios:



Tiempo:



Ingredientes

- 2 rodajas de bonito
- Harina
- Huevo batido
- Sal
- 100 ml. de aceite de oliva
- Perejil
- Salsa de tomate
- 1 cebolla
- 2 dientes de ajo
- 50 gr. de pimiento verde
- 50 gr. de pimiento rojo
- 1/2 zanahoria
- 5 tomates de pera

Preparación

1. Corta el bonito a trocitos cuadrados, sazónalos, pásalos por harina, huevo batido y fríelos superficialmente para sellar el rebozado. Reserva.
2. Corta la cebolla, la zanahoria, los pimientos y los ajos en el procesador de alimentos con disco de corte en juliana a velocidad 2.
3. Añade la mezcla en el bol de tu Cooking Chef con varilla flexible, añade un chorro de aceite y sal y programa 8 minutos a 110° y a velocidad 3.
4. Añade el tomate pelado, despepitado y cortado en dados al bol y programar 20 minutos a 100° y a velocidad 2.
5. Vierte toda la mezcla en la batidora de vaso y programa 2 minutos sin temperatura y a velocidad P. Añade un poco de agua a la salsa si queda demasiado espesa.
6. Vuelve a verter la mezcla en el bol de tu Cooking Chef y programa 100° a velocidad 1 hasta la ebullición.
7. Añade los trozos de bonito y dejar reposar 2 minutos. Controla el punto de sal y azúcar para evitar la acidez.
8. Sírvelo decorado con un poco de perejil.