

# Shorties de Bacalao con Naranja y Aguacate.



Y así, post a post han ido pasando las semanas.

Las primeras, eternas, dieron paso a otras más monótonas pero aún demasiado largas, hasta que finalmente el curso en Irlanda llegó a su fin y me encuentro a sólo un día de volver a abrazarla.

Mi niña vuelve a casa, y lo hace con la maleta llena de experiencias y un año a sus espaldas tan intenso que bien ha merecido el sacrificio.

Retomará su rutina y yo disfrutaré al máximo de ella, porque sé que no tardará en querer volar de nuevo.

Pero mientras, he de cuidarla y poner especial cuidado en recordarle que como en España y, por supuesto, como en casa, no se come en ninguna parte.

Además me he propuesto un reto para cuando terminen sus merecidas vacaciones, que consistirá en enseñarle a preparar algunos de sus platos favoritos, como parte importante de su formación, que estoy segura le serán de gran utilidad en un futuro muy próximo. Será divertido y por supuesto compartiré

la experiencia con vosotros.

Una escuela de cocina particular y personalizada, con todo el amor del mundo, como el que hay en los vasitos de esta semana; unos «Shorties de Bacalao con Naranja y Aguacate» facilísimos de hacer y realmente deliciosos, de los que aquí os dejo la receta.

Espero que os guste.

Besos.

«Shorties de Bacalao con Naranja y Aguacate».

Ingredientes ( para 6 «cortitos»):

### **Para el bacalao con Naranja y Aguacate**

- 2 Aguacates Maduros.
- 1 Naranja Grande.
- 12 Tomates Secos (mitades).
- 1 vaso de Agua Mineral.
- 100 gr. de Bacalao Ahumado.
- 1 Cucharada de Vinagre de Arroz ( también vale de Manzana).
- Medio Vasito de Sake frío (Un vino blanco semidulce también valdría).
- Una Rodajita de Jengibre fresco.
- Una Pizca de Sal del Himalaya.
- Una pizca de Pimienta Blanca Molida.

### **Para la Salsa Cocktail**

- 6 Cucharadas Grandes de Mayonesa Ligera.
- 1 Cucharada de Ketchup.
- 1 Cucharada de Cognac ( puedes usar Ron o Whisky).

### **Para el Montaje de los Shorties**

- 6 Vasitos Cortos.
- Mezcla de Bacalao con Naranja y Aguacate.
- Salsa cocktail.
- 2 Cucharadas de Aceite de Oliva Virgen extra.
- 2 Cucharadas de Pipas de Girasol Peladas sin tostar.
- Media Cucharadita de Semillas de Lino dorado.
- Flores Secas Comestibles.

\*\*\*\*\*

## Paso a Paso

### Para el bacalao con Naranja y aguacate

- 2 Aguacates Maduros.
- 1 Naranja Grande.
- 12 Tomates Secos (mitades).
- 1 vaso de Agua Mineral.
- 100 gr. de Bacalao Ahumado.
- 1 Cucharada de Vinagre de Arroz ( también vale de Manzana).
- Medio Vasito de Sake frío (Un vino blanco semidulce también valdría).
- Una Rodajita de Jengibre fresco.
- Una Pizca de Sal del Himalaya.
- Una pizca de Pimienta Blanca Molida.



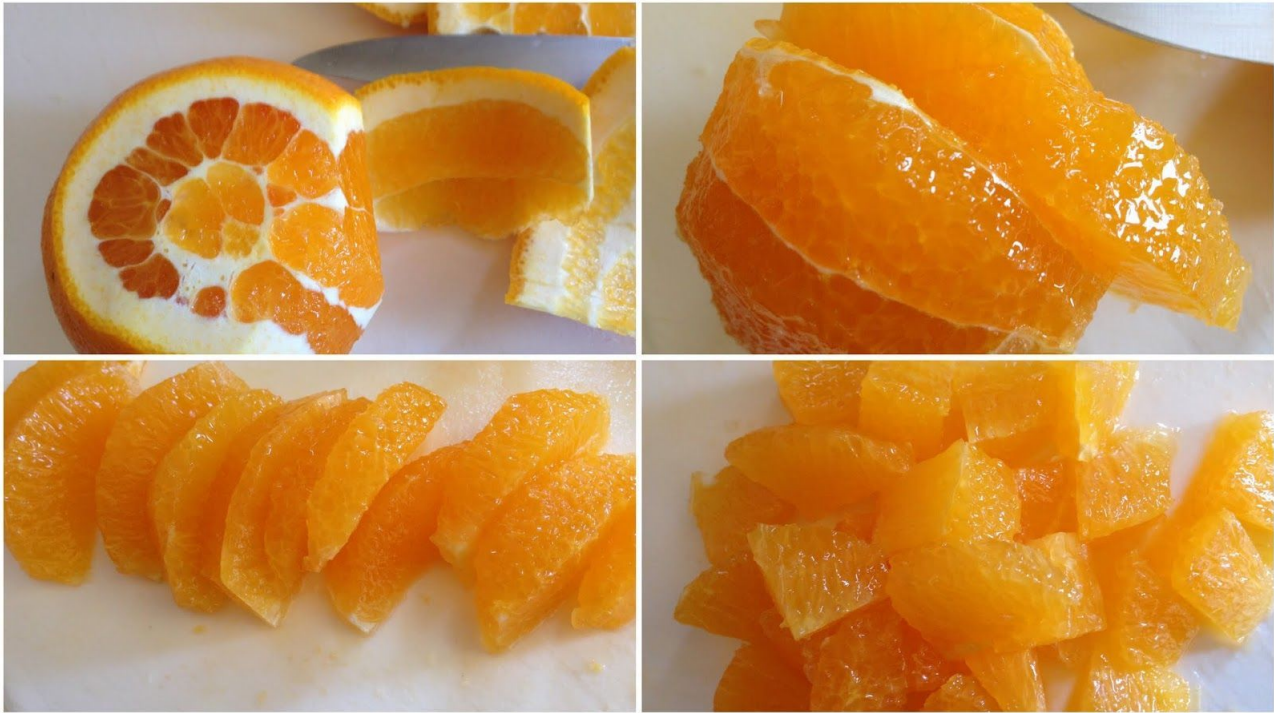
Ponemos a hidratar los tomates secos en el vaso de agua durante 15 minutos. Una vez hidratados, los lavamos bajo el chorro de agua fría, los escurrimos, los secamos y cortamos en pequeños trocitos y reservamos.



Mientras se van hidratando los tomates cortamos el bacalao en trozos y lo ponemos en un bol. Pelamos el jengibre y lo cortamos en trocitos muy pequeños y se los añadimos al bacalao. Incorporamos el vinagre de arroz , el sake y lo removemos, dejándolo marinar mientras seguimos preparando el resto de ingredientes.



Seguimos nuestra elaboración pelando la naranja, eliminando toda la parte blanca y sacando los gajos sin ningún resto de piel. Una vez tengamos todos los gajos sacados, los cortamos en tres trocitos cada uno y reservamos.



Continuamos pelando y troceando el aguacate y lo reservamos también (guardando el hueso).



Ahora, con todos los ingredientes listos comenzamos a mezclarlos.

En un bol ponemos la naranja troceada, el tomate seco y el aguacate. Le añadimos el bacalao y cuatro cucharadas del jugo en el que estaba marinándose y mezclamos suavemente; salpimentamos y mezclamos bien nuevamente, pero con cuidado de no romper el aguacate. Añadimos el hueso del aguacate para que no se oxide y tapamos con papel de film, reservando en la nevera mientras preparamos la salsa.



### **Para la Salsa Cocktail**

- 6 Cucharadas Grandes de Mayonesa Ligera.
- 1 Cucharada de Ketchup.
- 1 Cucharada de Cognac ( puedes usar Ron o Whisky).



Añadimos el Ketchup y el cognac a la mayonesa y mezclamos hasta integrar bien todos los ingredientes.



### **Para el Montaje de los Shorties**

- 6 Vasitos Cortos.
- Mezcla de Bacalao con Naranja y Aguacate.
- Salsa cocktail.
- 2 Cucharadas de Aceite de Oliva Virgen extra.
- 2 Cucharadas de Pipas de Girasol Peladas sin tostar.
- Media Cucharadita de Semillas de Lino dorado.
- Flores Secas Comestibles.



Sacamos el hueso de aguacate de nuestra mezcla de bacalao, naranja y aguacate y regamos la misma con el aceite de oliva, mezclando bien pero suavemente. En la base de cada vasito ponemos una cucharadita de salsa cocktail, seguimos rellenándolos hasta la mitad con la mezcla de bacalao, naranja y aguacate y rematamos con una cucharada generosa de la salsa cocktail. Espolvoreamos unas pipas sobre la salsa , unas semillas de lino y acabamos poniendo unos pétalos de flores secas.

Ya tenemos nuestros «Shorties» listos para servir.







# Shorties

*de Bacalao con Naranja y Aguacate*



*Ya se lo que Quiero*



# Shorties

de Bacalao con Naranja y Agacate



*Ya se lo que quiero*