

Ensalada templada de bonito y bacalao



INGREDIENTES

- ◆ 6 ó 7 hojas de lechuga
- ◆ 2 tomates
- ◆ 200 gr de bonito en conserva
- ◆ 200 gr de migas de bacalao desalado
- ◆ 1 zanahoria
- ◆ 3 ó 4 pimientos del piquillo
- ◆ vinagre de manzana
- ◆ aceite de oliva virgen extra

PREPARACIÓN

- 1.- Lavamos bien la lechuga y la cortamos en trozos que colocaremos en el fondo de la fuente. Igualmente hacemos con el tomate.
 - 2.- Alrededor vamos colocando los lomos de bonito en conserva.
 - 3.- En una sartén con un chorrito de aceite de oliva freímos un diente de ajo, simplemente para aromatizar el aceite, una vez dorado retiramos. Vertemos las migas de bacalao y freímos. A continuación colocamos el bacalao en la fuente, sobre la lechuga y tomate, y cubrimos con tiras de zanahoria rallada.
 - 4.- Por último cortamos en tiras los pimientos del piquillo, salteamos en la misma sartén que utilizamos con el bacalao e incorporamos a la ensalada.
- Aliñamos con vinagre de manzana y aceite de oliva virgen extra.