

Bacalaítos

Tiempo activo	Tiempo total	Porciones
45 minutos	6 horas, 45 minutos	10

Ingredientes

- 1 libra de bacalao salado
- 1 pimiento rojo mediano
- 3 cebollas de verdeo
- ¾ oz de culantro (o cilantro)
- 1 cucharadita de orégano seco
- 2 cucharadas de sofrito
- 1 1/2 cucharaditas de adobo
- 2 tazas de club soda
- 1 3/4 tazas de harina común
- 3/4 de taza de maicena
- 4 tazas de aceite vegetal, para freír
- 2 limas, para gajos
- 10 cucharadas de ketchup con mayonesa (o salsa para hamburguesas), para servir

Pasos

1. Coloca el bacalao en un tazón grande y cúbrelo con agua fría. Enfríalo 6 horas (o toda la noche), escurriéndolo y el agua cada 2 horas.
2. Escurre el bacalao. Colócalo en una olla mediana y cúbrelo con agua fría. Ponlo a hervir a fuego lento y cocínalo 25 minutos o hasta que esté muy tierno. Escurre el bacalao y deja que se enfríe, luego desmenúzalo finamente, desechando las espinas.
3. Pica finamente el pimiento, la cebolla y el culantro. Mezcla el bacalao, los pimientos, las cebollas, el culantro, el orégano, el sofrito, el adobo, la soda, la harina y la maicena en un bol grande. Mezcla bien y deja reposar 15 minutos.
4. Coloca aceite en una olla de fondo grueso (u horno holandés) y caliéntala hasta que llegue a 350°F. Corta las limas en gajos. Vierte porciones de ¼ de taza de masa en el aceite por tandas. Fríe 2 a 3 minutos por cada lado hasta que estén doradas y crujientes; escúrrelas en papel absorbente. Sírvelas con gajos de lima y salsa de ketchup y mayonesa.
5. Vierte porciones de ¼ de taza de masa en el aceite por tandas. Fríe 2 a 3 minutos por cada lado hasta que estén doradas y crujientes; escúrrelas en papel absorbente. Sírvelas con gajos de lima y salsa de ketchup y mayonesa.

Información nutricional

Cantidad por ración de 1/10 de receta: Calorías 290, Grasa total 14g, Grasa saturada 2g, Grasa trans 0g, Col 30mg, Sodio 370mg, Carbohidratos 27g, Fibra 1g, Azúcares totales 1g (Incl. 1g de azúcares añadidos), Proteínas 11g, Vit D 0%, Calc 2%, Hierro 10%, Potas 4%.