

## Bacalao a la Vizcaina (Bilbao)

Spanien (für 4 Personen)

### Zutaten:

- min. 1kg Bacalao (z.B. tiefgefrorene Stücke)
- 1.2kg Kartoffeln
- 3 Tomaten oder 1 kleine Büchse gehackte Tomaten (400g)
- 1 Peperoni
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- Salz
- Pfeffer
- 1 Prise Zucker
- Olivenöl
- Chilipulver (z.B. Piment d'Espelette)

### Vorbereitung:

- Den Bacalao ggf. auftauen.
- Die Flossen abschneiden.
- Dann von Hand und mit einem scharfen Messer das Fleisch von den Knochen und Gräten komplett abtrennen. Das ist ziemlich mühsam und braucht Kraft, aber es ist wichtig, damit das Essen wegen Gräten keine Mühsal wird. Dabei können kleinere Fischstücke entstehen und relativ viel Abfall.
- Die Fischstücke mit Haushaltspapier trocken tupfen.
- Für den Sofrito (Tomatensauce):
  - Bei den frischen Tomaten den Stielansatz herausscheiden und sie dann im Wasser kurz brühen, abkühlen und häuten. In Würfel schneiden.
  - Peperoni, Zwiebel und Knoblauch rüsten und klein hacken.
- Die Kartoffeln schälen und längs vierteln. Mit Öl, Salz und Pfeffer einreiben und in einer Auflaufform für den Ofen verteilen.

### Zubereitung:

- Die verbleibenden grätefreien Fischstücke in etwas Olivenöl je Seite 2...3 Minuten heiss anbraten und in einem Teller beiseite legen.
- Parallel dazu die Kartoffeln ca. 30 Minuten bei 200°C braten, bis sie knackig golden sind.
- Den Sofrito herstellen:
  - Peperoni, Zwiebel und Knoblauch in reichlich Olivenöl in einer kleineren Bratpfanne andünsten bis die Zwiebeln golden sind.
  - Tomaten dazugeben.
  - Langsam köcheln bis alles weich ist. Gut 20 Minuten.
  - Wenn es zu dick wird, einen Schuss Weisswein unterrühren.
  - Mit Salz, Pfeffer, Chilipulver und Zucker würzen.
  - Dann den Sofrito in eine flache Schale geben und die Fischstücke obenauf verteilen. Ca. 10 Minuten zu den Kartoffeln in den Ofen stellen.

### Tipp:

- Die Bacalao Stücke, die man normalerweise kriegt, sind teilweise voll von Knochen und grossen Gräten. Das alles muss unbedingt raus, damit man Spass hat beim Essen. Ich nehme sogar noch eine Zange zum Gräten herausziehen. Man kann die verbleibenden Stücke von Hand nach Gräten abtasten.
- Bacalao, Kabeljau und Dorsch sind grundsätzlich derselbe Fisch. Der Bacalao wird in Salz eingelegt und oft zur Konservierung getrocknet.

