Albóndigas de bacalao

Rendimiento: 4 raciones

Ingredientes

Albóndigas de bacalao

Migas de bacalao desalado — 300 g
Pan de días anteriores — 250 g
Huevos — 2 ud
Ajo picado (para las albóndigas) — 1 diente
Perejil fresco — 1 manojo
Piñones — al gusto

Guiso

Tacos de bacalao salado — 250 g
Tomates maduros rallados — 2 ud
Cebolla — 1 ud
Cabeza de ajos — 1 ud
Hojas de laurel — 2 hojas
Alcachofas — 4 ud
Patatas medianas — 4 ud
Guisantes cocidos — 150 g
Habas tiernas sin pelar — 500 g
Pimentón — al gusto
Aceite de oliva virgen extra — al gusto
Agua o caldo de pescado — al gusto
Sal — al gusto

Pasos

1. El día anterior, desala el bacalao durante 24 horas, cambiando el agua dos veces: los tacos de bacalao salado y las migas de bacalao desalado, si no las tienes ya desaladas.
2. Ralla el pan de días anteriores o desmenúzalo muy pequeño. Mézclalo con las migas de bacalao desalado bien desmenuzadas, el ajo picado, el perejil fresco (solo las hojas, bien lavadas y cortadas), los piñones y los huevos.
3. Amasa bien y forma las albóndigas.
4. En una sartén no muy grande, con un dedo y medio de aceite de oliva virgen extra, dora un poco las albóndigas y resérvalas.
5. En el mismo aceite, pasa los tacos de bacalao salado vuelta y vuelta, sin que se sequen, y resérvalos.
6. Cuela ese aceite a la cazuela del guiso y añade más si falta. Sofríe la cebolla muy picada y, cuando empiece a transparentar, añade el ajo muy picado, tomado de la cabeza de ajos.
7. Añade las alcachofas, dales unas vueltas durante 5 minutos y apártalas. Sofríe un poco las patatas medianas troceadas, mejor chascadas para que suelten la fécula y espesen el guiso, con más aceite si hace falta.
8. A los 5 minutos añade los tomates maduros rallados y termina el sofrito. Al final echa una punta de pimentón y aparta enseguida del fuego, para que no se queme y amargue.
9. Cubre las patatas con agua o caldo de pescado (más si hace falta) y añade las hojas de laurel. Devuelve las alcachofas, rectifica de sal y cuece a fuego lento con la cazuela tapada.

10. Cuando falten de 7 a 8 minutos, añade los guisantes ya cocidos, luego los tacos de bacalao y las albóndigas. Termina a fuego lento y tapado, hasta que quede meloso y un poco caldoso. Sirve con las habas tiernas sin pelar.

Fuentes

Albóndigas de bacalao (Convega, Recetario de la Vega Baja, receta 12): https://convega.com/wp-content/uploads/2026/05/Recetario.pdf