Esgarraet

Rendimiento: 4 raciones

Ingredientes

Ensalada

Pimientos rojos — 3 ud

Bacalao desalado y desmigado — 200 g

Ajo — al gusto

Aceite de oliva virgen extra — al gusto

Sal — al gusto

Aceitunas (opcional) — al gusto

Pasos

1. Precalienta el horno a 200 °C.
2. Lava y seca los 3 ud, úntalos con al gusto y al gusto y colócalos en una bandeja de horno.
3. Hornéalos 1 hora a 200 °C. Apaga el horno y déjalos dentro 1 hora más, para que acaben con el calor residual.
4. Sácalos y déjalos tapados con un paño, o en una bolsa, unos 15 minutos: suelta jugo y se pelan mejor.
5. Quita los rabos, la piel y las semillas.
6. Desgarra los pimientos con las manos en tiras irregulares; no los cortes con cuchillo.
7. Pela el al gusto y lamínalo muy fino.
8. Junta los pimientos, el 200 g desmigado y el ajo, y aliña con un buen chorro de aceite.
9. Tapa y deja en la nevera como mínimo 2 horas; mejor toda la noche. Sácalo 20 o 30 minutos antes de servir y, si quieres, acompáñalo con al gusto.

Fuentes

Esgarraet (esgarrat), ensalada valenciana (Hola): https://www.hola.com/cocina/recetas/20260604904716/esgarraet-ensalada-valenciana/
Recetas para el verano: esgarraet o espencat (Turisme Dival): https://turisme.dival.es/recetas-para-el-verano-esgarraet-o-espencat/