



Truita ràpida de bacallà

Ingredients (per a 1 ració)

- 1 ou
- 40 g de bacallà dessalat sense pell
- 40 g de ceba
- 1 c/s d'oli d'oliva verge extra
- 1 c/c de julivert fresc picat (opcional)

Elaboració

1. Peleu la ceba i piqueu-la ben petita.
2. Poseu una paella a foc suau amb l'oli d'oliva verge extra i coeu la ceba fins que agafi un color daurat.
3. Esmicoleu o piqueu el bacallà i coeu-lo al microones, tapat, durant un o dos minuts. Escorreu-lo bé.
4. Bateu l'ou i barregeu-lo amb el bacallà, l'oli d'oliva, la ceba cuita i el julivert, de manera opcional.
5. Poseu la mescla en un recipient apte per al microones o un plat fondo. Tapeu-lo amb un altre plat i coeu els ingredients al microones durant un minut a màxima potència.
6. Serviu la truita.

Recomanacions

Podeu fer servir ceba cuita comercial.