



BOQUERONES EN VINAGRE

INGREDIENTES

(Para 4 personas)
1 kg Anchoas
Vinagre de vino blanco
Aceite de oliva
2 dientes de Ajo
1 manojo de Perejil
Sal

NOTA

Aunque en esta receta el pescado se cocina con el propio vinagre, es recomendable congelarlo un mínimo de 48 horas antes.

ELABORACIÓN

Limpiamos las anchoas de tripas, cabeza y espina central. Lavamos bien con agua fría y las colocamos en una bandeja con la parte de la piel hacia abajo. Lo salamos y cubrimos con vinagre. Repetimos el proceso por capas hasta tener todas las anchoas colocadas y cubiertas con vinagre.

Guardamos en el frigorífico tapadas durante tres horas.

Sacamos del vinagre las anchoas, las escurrimos y las colocamos en la bandeja, esta vez con la piel hacia arriba. Echamos un poco de ajo y perejil picados en cada capa y cubrimos de aceite hasta que estén todas colocadas.



PRECIO
BAJO



TIEMPO
40'



DIFICULTAD
6/10



SALUDABLE
8/10