



PESCADOS

Sudado de Pechuga de Bagre

Pechuga de bagre cocida a fuego lento en un guiso casero de verduras, todo el sabor de la cocina colombiana.

Tiempo: **35 min**

Dificultad: **Media**

Porciones: **4 personas**

INGREDIENTES

4 pechugas de bagre Unimares

2 tomates picados

1 cebolla larga picada

1/2 cebolla cabezona picada

1 pimentón picado

2 dientes de ajo

1 papa grande en trozos

Comino, color y sal al gusto

PREPARACIÓN

- 1 En una olla, sofríe la cebolla, el ajo, el tomate y el pimentón hasta formar un guiso (hogao).
- 2 Agrega la papa en trozos y un poco de agua, cocina 8 minutos.
- 3 Incorpora las pechugas de bagre, sazona con comino, color, sal y pimienta.
- 4 Tapa y cocina a fuego medio-bajo 15 minutos, hasta que el pescado y la papa estén tiernos.
- 5 Sirve caliente acompañado de arroz blanco.

Hecha con productos **Unimares** · Camarón y mariscos de calidad

unimares.com/catalogo