



codornices en escabeche



Ingredientes:

20 pechugas de codornices

1 pimiento rojo

1 pimiento verde

1 cebolla grande

5 dientes de ajo

1 hoja de laurel

20 granos de pimienta negra

1 1/4 vaso de vinagre rojo

sal y AOVE (aceite de oliva virgen extra)

Preparación:

En una cazuela amplia ponemos a calentar 2-3 cucharadas de AOVE, salamos las pechugas de codorniz y freímos a fuego fuerte,

Pelamos y troceamos la cebolla en "brunoise", es decir, a cuadraditos. Lavamos y troceamos del mismo tamaño los dos tipos de pimiento. Pegamos un golpe a los ajos enteros.

Una vez que tengamos fritas las pechugas de codorniz, añadimos: la cebolla, los pimientos y los ajos. Damos un punto de sal, tapamos y cocinamos a fuego medio durante 15 minutos.

A continuación, cubrimos con agua, añadimos el vinagre, los granos de pimienta y el laurel. Cocinamos a fuego suave durante 45 minutos.

Una vez frío, reservamos en la nevera durante un par de días y después...

A disfrutar!!!

[Conlaszarpasenlamasa](#)

