# Tőkehal recept spanyol módra

**Hozzávalók 4 személyre:**
600 g tőkehal (bármilyen fehér húsú hal)
450 g kagyló
200 ml hal alaplé
200 g zöldborsó (mirelit)
30 ml olívaolaj
5 gerezd fokhagyma
3 közepes burgonya
1 kk. kukorica keményítő vagy liszt a sűrítéshez
só (ízlés szerint)
bors (ízlés szerint)
petrezselyem (ízlés szerint)

1. Tölts egy lábasba kevés olívaolajat és enyhén pirítsd meg az apróra vágott fokhagymát. Amennyiben lisztet választod sűrítőanyagnak, úgy most add hozzá a fokhagymás rántás elkészítéséhez. (Én keményítővel sűrítek, amit a recept későbbi szakaszában kell hozzáadni.)
2. Töltsd hozzá a hal alaplevet.
3. Majd fektesd a nyers, pucolt burgonya karikákat a fokhagymás alapra. Fedő alatt főzd 10 percig. Időnként mozgasd meg a lábast, elkerülve, hogy a krumpli szeletek a lábas aljára tapadjanak.
4. A következő lépésben add hozzá a zöldborsót a krumplis alaphoz. Ezután én fedő alatt pároltam további 5 percig a borsós, krumplis alapot.
5. Jöhetnek a halfilék. Fektesd őket a zöldségek tetejére, egyenletesen elosztva.
6. A halszeleteket hintsd meg őrölt borssal és apróra vágott petrezselyemmel, majd lefedve párold kb. 6-7 percig. Ez az időtartam kicsit változhat a halszelet vastagságának függvényében, valójában a halételek hamar elkészülnek. A recept tengeri halból készült ezért sózni csak az utolsó lépésben érdemes, amennyiben szükséges, ízlés szerint. Az édesvízi halból készült változatot sózd szokásos módon.
7. Amikor a hal húsa kifehéredett, add hozzá a fagyasztott kagylót (bármilyen kagylóféleség lehet).
8. Amennyiben kissé sűrűbb mártással kedveled, és nem akartál lisztet használni, ahogy mi is, úgy keverj csomómentesre 1 kk kukoricakeményítőt az étel levével, és most töltsd az ételhez. Két perc forralás után a mártás sűrűsödni kezd.
9. A keményítő hozzáadása után párold fedő alatt további 2 percig az ételt, amíg a kagyló kinyílik és az alaplé kissé besűrűsödik. A kagylófélék rendkívül érzékenyek hőre, gyorsan elkészülnek, ezért ügyelj arra, hogy ne főzd túl. A túlfőtt kagyló rágós lesz.