



## "Tomatiao" de pescado salado

---

Dos días antes de la elaboración del plato se debe dejar en remojo el pescado salado cambiándolo de agua dos veces, con el fin de desalarlo adecuadamente.

Primero se sancocha (hierve) sólo el pescado. Una vez sancochado, se le quitan las espinas.

Se pica la cebolla, el pimiento rojo, el ajo y el cilantro. Después, se sofríe todo junto.

Los tomates enteros se hierven en agua para guisarlos. Posteriormente se escurre el agua y se hace una salsa con ellos batiendo con batidora y sin pelar la piel. Si se prefiere, se puede pelar el tomate o pasarlo todo por el "pasa-puré". Se reserva el tomate. Se cortan papas en dados y junto con el arroz y el pescado se añaden al sofrito incorporando un poco de agua para guisarlo. Se añade un poco de colorante y una pastilla de caldo de pescado. Cuando las papas y el arroz estén guisados se introduce la salsa de tomate y se sigue removiendo hasta que el guiso tome aspecto uniforme. Se "tiempla" antes de comer (templar es probar o catar la comida, para comprobar si tiene la porción de sal conveniente).

## Ingredientes (para 4 personas):



· 2 kg de pescado salado,  
(en este caso, corvina salada)



· 1 cebolla



· 1 cabeza de ajo



· cilantro



· 2 kg de papas



· ½ kg de arroz



· 6 kg de tomates  
maduros



· Colorante amarillo  
o azafrán



· 1 pastilla de caldo  
de pescado



· Sal al gusto

El **cultivo del tomate** con fines comerciales comienza en Gran Canaria a finales del siglo XIX por exportadores ingleses. Hoy en día empresas nacionales llevan a cabo esta importante actividad económica, sustento de numerosas familias especialmente en **La Aldea de San Nicolás**.

La **salazón** del pescado consiste en introducir el **pescado fresco y limpio** en un “**vasijo**” **cuabierto de sal**, dejarlo durante 15 días y **después orear** 2 o 3 días. Tras eso se puede guardar en un lugar fresco. Este método de **conserva** también se puede emplear con la carne.

*“El salazón se hace artesanalmente en zonas costeras”*

*“La salazón del pescado es un método tradicional de conserva”*



Elaboración del plato:  
Jacinta Delgado García.  
Vecinos/as de Tasarte.

