

Receta de níscalos con patatas



Receta de níscalos con patatas

Los níscalos son unas setas muy comunes en España, reconocidos por su sabor ligeramente amargo que suele ser un acompañamiento perfecto de carnes, pescados y verduras, como en esta deliciosa receta de níscalos con patatas.

¿Cómo hacer níscalos con patatas?

Preparar níscalos con patatas es sin duda una de las formas preferidas de consumir estos populares hongos, una comida casera simple, deliciosa y económica, para compartir con toda la familia.

Información Nutricional

Categoría: [Platos Principales](#)

Cocina: Española

Calorías: 300

Vitaminas: A, C, D

Minerales: Fósforo, Potasio

Preparación: 25 minutos

Cocción: 1 hora 10 minutos

Raciones: 4 personas

Receta de níscalos con patatas

Ingredientes

- 400 g de níscalos
- 100 ml de vino blanco
- 4 patatas grandes
- 3 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
- 3 dientes de ajo
- 1 hoja de laurel
- 1 cebolla grande
- 1 pimiento rojo
- Agua fría
- Sal
- Pimienta

Preparación

- 1. Lavar y retirar las semillas del pimiento y picarlos en trocitos pequeños, lo mismo con la cebolla y los ajos, aunque opcionalmente los puedes utilizar enteros. Reservar.
- 2. En una olla mediana añadir el aceite de oliva,

calentar a fuego medio y añadir el pimiento picado, la cebolla, los ajos y sofreír todo revolviendo con una cuchara de madera por unos 4 a 5 minutos, asegurando una cocción homogénea.

- 3. Pelar y chascar las patatas, incorporar a la olla rápidamente, mezclar todo y sofreír por unos 2 minutos más, incorporar el vino blanco integrar todo y mantener por otros 2 minutos más para evaporar el alcohol.
- 4. Cubrir con el agua fría, sólo lo suficiente hasta que las papas queden sumergidas, añadir las hojas de laurel, sal y pimienta a gusto, incorporar los níscalos limpios y trozados, integrar todo, tapar la olla y cocinar por unos 30 minutos o hasta que todo esté bien cocido. Apagar el fuego y retirar.
- 5. Servir los níscalos con patatas inmediatamente, solos o acompañados de ensaladas o algún otro plato principal.

Consejos al preparar níscalos

Siempre intenta utilizar los ingredientes más frescos que puedas conseguir ya que los níscalos con patata logran una perfecta combinación de textura y consistencia, ideal para consumir durante invierno y otoño, siendo además una excelente alternativa para quienes llevan una dieta vegana y servirlo junto a una salsa, arroz blanco o pasta.

¿Sabías qué?

Los níscalos con patatas son una comida de origen campesino, habitualmente elaborada directamente en los lugares de trabajo desde donde se obtenían los ingredientes directamente.

Olla de hierro

Rebajas



[Staub - Olla Cocotte redonda, hierro fundido, negro mate, 24 cm](#)

[Ver Precio](#)

Recomendamos

[Pan de calatrava](#)

[Patatas con choco](#)