



### INGREDIENTES:

- 1650 de agua
- 2 lomos de bacalao desalado
- 1 mango maduro
- 100 gramos de aceite de oliva (y un poco mas para el bacalao)
- 30 gramos de vinagre de manzana
- 1 pellizco de sal
- 1 bolsa de espinacas
- 250 gramos de tomates cherry cortados en cuartos
- 100 gramos de nueces peladas

### PREPARACIÓN:

1. Ponemos el cestillo en el vaso, vertemos el agua y **programamos 4 minutos, temperatura 60 grados a velocidad 1.**

Mientras tanto ponemos los lomos de bacalao con un chorrito de aceite en una bolsa de asar uniéndolos por la piel y sacando todo el aire posible de la bolsa.

2. Ponemos la bolsa con el bacalao en el cestillo y **programamos 10 minutos temperatura 60 grados, a velocidad 1.**

Con la muesca de la espátula, extraemos el cestillo y reservamos. Vaciamos el vaso.

3. Pelamos el mango y ponemos la mitad en el vaso. **Trituramos 20 segundos a velocidad 5.**

4. Añadimos el aceite, el vinagre y la sal. **Mezclamos 15 segundos a velocidad 7.** Retiramos esta vinagreta a un bol y reservamos.

5. Cortamos la otra mitad del mango en bastones y mezclamos con la vinagreta.

Reservamos.

6. Colocamos las espinacas en una ensaladera y desmenuzamos el bacalao por encima. Añadimos los tomates cherry, las nueces y aliñamos con la vinagreta.