

PEIXE-ESPADA À ALENTEJANA

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 4 PESSOAS

TEMPO DE PREPARAÇÃO: 1 HORA

4 postas de peixe-espada preto

1 kg de amêijoas demolhadas durante 2 horas em água fria com sal

150 ml de azeite

4 dentes de alho picados

100 ml de vinho branco

1 molhinho de coentros picados

Sal q.b.

Pimenta q.b.



PREPARAÇÃO

1. Tempere as postas de ambos os lados com sal, pimenta e metade do alho picado.

Deixe tomar gosto durante 20 minutos.

2. Passado os 20 minutos regue com 1/3 do azeite e junte o vinho branco.

3. Leve ao forno pré-aquecido nos 180° durante 30 minutos.

4. Quando o peixe estiver quase pronto, numa frigideira, leve ao lume o restante azeite, os restantes alhos picados e os coentros.

Mexa e deixe aquecer.

Junte as amêijoas lavadas, tempere com sal e mexa muito bem.

Vá mexendo para todos tomarem gosto por igual e deixe-as abrir.

Depois das amêijoas abertas, apague o lume.

Depois do peixe assado, retire-o do forno.

Sirva o peixe com as amêijoas por cima e acompanhado de batata cozida.

Custo: 14.00 € ; Custo por pessoa: 3.50 €

<http://www.saborintenso.com/f17/peixe-espada-alentejana-10587/>

www.saborintenso.com