

BACALHAU COM BROA E FARINHEIRA

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 5 PESSOAS

TEMPO DE PREPARAÇÃO: 1 HORA

600g de bacalhau demolhado
1 molho de grelos lavados e cortados em pedaços
1 farinheira sem pele cortada em rodela finas
325g de broa de milho cortada em pedacinhos
5 dentes de alho
180 ml de azeite
Sal q.b.



PREPARAÇÃO

1. Numa panela com água a ferver, coloque o bacalhau a cozer durante 10 minutos.
2. Entretanto, numa outra panela com água a ferver, tempere com sal.
Coloque os grelos a cozer durante 30 minutos.
3. Depois do bacalhau cozido, retire-o e deixe arrefecer.
Depois dos grelos cozidos, retire-os com uma escumadeira.
4. Limpe o bacalhau de peles e de espinhas e desfie.
5. Numa picadora, pique bem os alhos juntamente com a broa.
6. Num tabuleiro de ir ao forno, espalhe no fundo as rodela de farinheira.
Por cima da farinheira, espalhe o bacalhau.
Cubra o bacalhau com as folhas de grelos.
Cubra tudo com a broa.
Regue com o azeite.
7. Leve ao forno pré-aquecido nos 180° durante 20 minutos.
Quando a broa estiver douradinha, retire.

Custo: 12.00 € ; Custo por pessoa: 2.40 €

<http://www.saborintenso.com/f17/bacalhau-broa-farinheira-12022/>

www.saborintenso.com