

CALDEIRADA DE MEDALHÕES DE PESCADA

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 4 PESSOAS

4 medalhões de pescada
700g de lulas cortadas em pedaços
750g de batatas cortadas em rodellas grossas
100 ml de azeite
2 cebolas cortadas em rodellas
3 dentes de alho picados
4 tomates maduros cortados em cubos
Meio pimento verde cortado em tiras
Meio pimento vermelho cortado em tiras
1 folha de louro
1 cubo de caldo de peixe
1 raminho de salsa atado com um fio
200 ml de vinho branco
Sal q.b.
Pimenta q.b.



Tempo de preparação: 45 minutos
Custo: 11.00 € | Custo por pessoa: 2.75 €

Receita: Neuza Costa
Fotografia e Vídeo: Sandro Vilar
Produzido para www.SaborIntenso.com

Receita em vídeo: <http://www.saborintenso.com/f17/caldeirada-medalhoes-pescada-26128/>

PREPARAÇÃO

1. Num tacho largo, leve ao lume o azeite, a cebola, os alhos, os pimentos, a folha de louro e o tomate. Mexa e deixe refogar tudo durante 10 minutos.
2. Depois de tudo refogado, adicione o vinho branco, o cubo de caldo de peixe e o raminho de salsa. Tempere com sal e pimenta. Junte 1 litro de água e deixe o caldo ferver durante 15 minutos.
3. Passado os 15 minutos, adicione as lulas e os medalhões de pescada. Deixe ferver. Quando começar a ferver, junte as batatas. Tape e deixe cozer entre 10 a 15 minutos. Quando as batatas estiverem cozidas, está pronto a servir. A equipa do SaborIntenso.com deseja-lhe um bom apetite!