

CALDEIRADA DE TAMBORIL

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 5 PESSOAS

PARA O CALDO:

A cabeça, as espinhas e o fígado de 1 tamboril (*) com cerca de 2,8 kg

1 cebola cortada em pedaços

1 dente de alho

5 tomates maduros cortados em cubos

2 folhas de louro

1 cenoura

2 malaguetas

1 raminho de salsa atado com um fio

PARA A CALDEIRADA:

0 lombo do tamboril (*) cortado em pedaços

125 ml de azeite

2 cebolas grandes cortadas em rodelas meia lua

2 dentes de alho picados

Meio pimento vermelho cortado em tiras

Meio pimento verde cortado em tiras

250 ml de vinho branco

Sal q.b.

Salsa picada

1200g de batatas cortadas em rodelas grossas



Tempo de preparação: 1 hora e 30 minutos

Custo: 28.00 € | Custo por pessoa: 5.60 €

Receita: Neuza Costa

Fotografia e Vídeo: Sandro Vilar

Produzido para www.SaborIntenso.com

Receita em vídeo: <http://www.saborintenso.com/f17/caldeirada-tamboril-34793/>

PREPARAÇÃO

1. Numa panela leve ao lume 2 colheres de sopa de azeite, a cebola cortada em pedaços, o dente de alho, as folhas de louro, o tomate e as malaguetas.

Mexa e deixe refogar durante 10 minutos.

2. Quando o tomate estiver desfeito, junte a cenoura, o raminho de salsa e 800 ml de água.

Tempere com sal.

Por fim, adicione a cabeça do tamboril, as espinhas e o fígado.

Deixe cozinhar durante 40 minutos.

3. Passado os 40 minutos, com uma escumadeira, retire tudo de dentro do caldo.

Coe o caldo numa rede fina.

4. Num tacho largo, coloque camada alternadas de cebola, alho picado, pimentos, lombo de tamboril e rodelas de batatas.

Tempere com um pouco de sal.

Regue com o restante azeite, com o vinho branco e com o caldo coado.

Tape e deixe cozinhar em lume moderado aproximadamente 40 minutos.

5. Logo que a batata esteja cozida, retire tudo com uma escumadeira para uma terrina.

Deixe o caldo ferver mais uns minutos para que fique apurado.

Junte a salsa picada, mexa e apague o lume.

Por fim, espalhe o molho por cima da caldeirada.

E está pronto a servir.

A equipa do SaborIntenso.com deseja-lhe um bom apetite!

<http://www.saborintenso.com/ebook> - eBook SaborIntenso
Livro Digital de Culinária com 420 páginas

Saborintenso.com