

BACALHAU COM NATAS (C/ BATATA FRITA)

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 4 PESSOAS

4 postas de bacalhau demolhado
1 Kg de batata cortada em cubos
2 cebolas médias cortadas em rodela meia-lua
3 dentes de alho picados
1 folha de louro
125 ml de azeite
40g de manteiga
40g de farinha
250 ml de leite
250 ml de natas
Sal q.b.
Noz-moscada q.b.
Pimenta q.b.
Gotas de limão
Azeite para pincelar
Queijo ralado q.b.
Óleo para fritar

PREPARAÇÃO

Numa panela com água coza o bacalhau durante 5 minutos. Coloque água suficiente apenas para cobrir o bacalhau.

Passado os 5 minutos retire o bacalhau para uma travessa e deixe arrefecer.

Reserve 200 ml de água de cozer o bacalhau para fazer o molho béchamel.

Depois de frio, limpe o bacalhau de peles e espinhas e desfie-o em lascas.

Frite as batatas em óleo quente e depois de fritas coloque-as num tabuleiro com papel absorvente.

Num tacho leve ao lume a manteiga e deixe aquecer. Junte a farinha e mexa muito bem.

Enquanto mexe, junte aos poucos a água de cozer o bacalhau, o leite e as natas. Quando começar a ferver, tempere com sal, pimenta, noz-moscada e umas gotas de limão. Mexa e apague o lume.

Num outro tacho, leve ao lume o azeite, as cebolas, os alhos picados e a folha de louro. Mexa e deixe refogar.

Quando a cebola estiver loirinha, junte o bacalhau, mexa e deixe refogar um pouco.

Passado alguns minutos, retire a folha de louro, junte a batata frita e envolva bem.

Junte 2/3 do molho béchamel, mexa bem e apague o lume.

Pincele um tabuleiro com azeite, coloque o bacalhau e espalhe-o bem.

Por cima do bacalhau, espalhe bem o restante molho. Por fim, polvilhe com o queijo ralado.

Leve a gratinar em forno pré-aquecido nos 220° entre 15 a 20 minutos.

Passado os 20 minutos está pronto a tirar do forno.

Sirva este prato com uma salada.

Custo: 12.00 € ; Custo por pessoa: 3.00 €

<http://www.saborintenso.com/f17/bacalhau-natas-batata-frita-1018/>

www.saborintenso.com