

Bacalhau com Natas e Broa

INGREDIENTES PARA 8 PESSOAS

1 HORA E 10 MINUTOS

4 postas de bacalhau demolido
1 molho pequeno de grelos de nabos arranjados
400g de broa de milho picada grosseiramente
6 colheres de sopa de azeite
2 cebolas grandes cortadas em rodela meia lua finas
4 dentes de alho picados
3 folhas de louro
400 ml de natas frescas
Sal
Pimenta branca
Noz-moscada



Receita: Neuza Costa

Fotografia e Video: Sandro Vilar

Produzido para www.SaborIntenso.com

Receita em video: <https://www.saborintenso.com/f17/bacalhau-natas-broa-43173/>

1. Numa panela com água a ferver, tempere com sal. Coloque os grelos.
Mergulhe-os bem com uma escumadeira.
Tape e deixe cozer entre 15 a 20 minutos até que os grelos fiquem tenrinhos.

2. Entretanto, numa outra panela com água a ferver, coloque o bacalhau a cozer.
Logo que comece a ferver, retire o bacalhau com uma escumadeira para um prato e deixe arrefecer.

3. Depois dos grelos cozidos, escorra-os.

4. Limpe o bacalhau de peles e de espinhas e desfie.

5. Num tacho largo, leve ao lume o azeite, a cebola, o alho e o louro.
Mexa e deixe refogar até que a cebola comece a alourar.
Adicione o bacalhau e mexa muito bem.
Tempere com noz-moscada ralada e pimenta.
Misture muito bem e deixe aquecer o bacalhau.

6. Depois do bacalhau quente, adicione as natas.
Mexa e deixe ferver.
Quando começar a ferver, retire as folhas de louro e junte os grelos.

Mexa e deixe ferver até que o molho fique apurado.

7. Num tabuleiro grande de ir ao forno, de preferência de barro, coloque o bacalhau e espalhe muito bem os grelos por igual.
Alise e por cima espalhe a broa.

8. Leve ao forno nos 190°C e deixe tostar aproximadamente 25 minutos.
Quando a broa estiver douradinha, retire e sirva.
A equipa do SaborIntenso.com deseja-lhe um bom apetite!