

BACALHAU À ZÉ DO PIPO

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 2 PESSOAS

TEMPO DE PREPARAÇÃO: 1 HORA

2 lombos de bacalhau
700g de batatas
125 ml de azeite
1 cebola grande cortada em rodelas
2 dentes de alho cortados em rodelas
1 folha de louro
Farinha para polvilhar q.b.

40g de manteiga
80 ml de leite
1 gema
125g de maionese
Tiras de pimento vermelho de conserva
Azeitonas pretas q.b.
Sal q.b.
Pimenta q.b.
Noz-moscada q.b.



PREPARAÇÃO

1. Numa panela com água, tempere com sal. Junte as batatas e deixe cozer durante 25 minutos.
 2. Depois das batatas cozidas e escorridas, faça puré.
 3. Leve novamente o tacho ao lume, junte a manteiga e o leite. Tempere com noz-moscada. Junte a gema e mexa. Depois de tudo misturado e a manteiga derretida, apague o lume.
 4. Passe os lombos de bacalhau por farinha e frite-os de ambos os lados no azeite quente, apenas o suficiente para ganhar cor. Retire-os e coloque-os em pirex's ou pratos de barro individuais.
 5. No azeite de fritar o bacalhau, junte a cebola, a folha de louro e os alhos. Mexa e deixe refogar.
 6. Espalhe o refogado por cima dos lombos. À volta dos lombos espalhe o puré de batata. Cubra o bacalhau com maionese e tiras de pimento.
 7. Leve ao forno pré-aquecido nos 220° durante 20 minutos. Depois de gratinado, retire e decore com azeitonas.
- NOTA: Em alternativa, em vez de fritar o bacalhau, este pode ser cozido durante 5 minutos em água ou leite, fazendo na mesma o refogado com o azeite, a cebola, os alhos e o louro para colocar por cima.

Custo: 6.00 € ; Custo por pessoa: 3.00 €

<http://www.saborintenso.com/f19/sopa-abobora-agrioies-725/>

www.saborintenso.com