

SALADA DE BACALHAU COM ALHOS E AZEITONAS

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 2 PESSOAS

1 lombo de bacalhau demolhado com cerca de 500g
2 tomates cortados em rodela meia-lua
4 colheres de sopa de azeite
3 dentes de alho picados
2 colheres de sopa de vinagre
20 azeitonas pretas
2 ovos cozidos
Sal q.b.



Tempo de preparação: 30 minutos
Custo: 3.80 € | Custo por pessoa: 1.90 €

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

Receita em vídeo: <http://www.saborintenso.com/f22/salada-bacalhau-alho-azeitonas-29381/>

PREPARAÇÃO

1. Numa panela com água a ferver, coloque o bacalhau a cozer durante 5 minutos. Passado os 5 minutos, retire o bacalhau com uma escumadeira e deixe arrefecer. Limpe o bacalhau de peles e de espinhas e desfie.
2. Numa frigideira leve ao lume o azeite e os alhos. Mexa e deixe aquecer sem deixar alourar. Junte o bacalhau e salteie durante 30 segundos. Depois do bacalhau salteado, apague o lume e deixe arrefecer.
3. Em pratos individuais, espalhe um tomate. Tempere com sal. Por cima, coloque metade do bacalhau. Regue tudo com uma colher de sopa de vinagre. Por fim, decore com 10 azeitonas e um ovo cozido cortado em rodela. 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