

SOPA DO MAR

INGREDIENTES PARA 10 PESSOAS

500g de lombo de tamboril
350g de camarão
700g de mexilhão
500g de amêijoas
125 ml de azeite
2 cebolas grandes picadas
2 dentes de alho picados
4 tomates maduros cortados em cubinhos
1 cenoura picada
1 malagueta
100g de farinha de milho
2 colheres de sopa de polpa de tomate
80 ml de brandy
Sal q.b.
1 molhinho de coentros picados



Tempo de preparação: 1 hora
Custo: 20.00 € | Custo por pessoa: 2.00 €

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

Receita em vídeo: <http://www.saborintenso.com/f19/sopa-do-mar-19709/>

PREPARAÇÃO

1. Numa panela com 2,6 l de água a ferver, tempere com sal. Adicione o tamboril e o camarão. Deixe cozer durante 7 minutos. Passado os 7 minutos, retire o tamboril e o camarão e deixe arrefecer.
2. Coloque os mexilhões na água e deixe cozer até abrirem. Depois dos mexilhões abertos, retire-os e deixe arrefecer.
3. Descasque os camarões e reserve as cascas e as cabeças. Limpe o tamboril de peles e de espinhas e desfie-o. Retire o miolo de mexilhão e reserve.
4. Junte as cascas e as cabeças do camarão à água e deixe ferver durante 5 minutos. Passado os 5 minutos, retire as cascas e as cabeças do caldo. Coe o caldo.
5. Num tacho largo, leve ao lume o azeite, a cebola, o alho, a cenoura, o tomate e a malagueta. Mexa e deixe refogar muito bem. Adicione a polpa de tomate ao refogado e mexa. Junte o caldo e reserve um pouco para dissolver com a farinha. Deixe ferver durante 10 minutos.
6. Dissolva a farinha com um pouco de caldo. Passe muito bem a sopa com a varinha mágica e adicione a farinha. Mexa e deixe ferver. Junte o brandy, as amêijoas, o tamboril, o mexilhão e o miolo de camarão. Deixe cozinhar até as amêijoas abrirem.
7. Depois das amêijoas abertas, junte os coentros, mexa e apague o lume. E está pronta a servir. Se quiseres, acompanhe com cubinhos de pão tostado.