MOQUECA DE FATO (BUCHO)

INGREDIENTES

1 e 1/2 kg de fato (bucho)

100 gramas de camarão seco defumado

100 gramas de castanha de caju

1 cebola grande picada

1 pimentão grande picado

2 tomates grandes maduros picados

Coentro a gosto

Leite de um coco seco

2 colheres (sopa). de azeite doce

1/2 xícara de azeite de dendê

1 colher (sopa) de extrato de tomate

Pimenta do reino a gosto

Pimenta de cheiro

Sal a gosto

MODO DE PREPARO

Limpe o bucho tirando todo o sebo.

Corte em pequenas tiras.

Lave com limão.

Coloque no fogo para uma leve fervura.

Escorra e lave novamente no vinagre.

Na panela (usei a de pressão) ponha o bucho, a cebola, tomate, pimentão, coentro, pimenta de reino, extrato de tomate e o sal.

Dê uma leve refogada para apurar os sabores.

Coloque água que cubra os ingredientes.

Deixe pegar pressão por 20 minutos depois deste tempo introduza o restante dos ingrediente. Essa é a hora de conferir o sal. Mais 10 minutos de fogo está pronto.

Com o caldo faça um pirão.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/13844-moqueca-de-fato-bucho.html