

LOMBO DE BACALHAU AO FORNO

INGREDIENTES

1 kg de lombo de bacalhau dessalgado
1 kg de batatas
4 cebolas médias
3 pimentões (verde, vermelho e amarelo)
2 garrafinhas de leite de coco sococo
azeite gallo (vidro vermelho)
4 cubos de caldo de galinha
pasta de alho e sal
shoyu
tomate grape

MODO DE PREPARO

Cozinhe as postas de bacalhau, com um fio de azeite, por aproximadamente 15 minutos em água fervente, de modo que não fique duro, nem desmanche.

Em seguida, retire com cuidado e reserve o bacalhau.

Na água utilizada para cozinhar o bacalhau, aproveite para cozinhar as batatas.

Depois de descascadas e cortadas em rodelas de mais ou menos um dedo de espessura, até ficarem macias, mas sem quebrar.

Em outra panela (fundo grosso), refogue a cebola cortada em rodelas, a pasta de alho e os pimentões, até ficarem bem macios.

Acrescente, ainda, o caldo de galinha, pimenta e o sal a gosto.

Acrescente um pouco de molho shoyu e sal temperado (glutamato monossódico).

Montagem:

Em um refratário de vidro que possa ir ao forno, regue o fundo da vasilha com azeite e forre com as batatas cozidas de modo que cubra todo o fundo.

Continue regando as batatas com azeite.

Divida as postas de bacalhau em 6 partes e coloque 3 partes de um lado e 3 partes do outro no refratário, sobre as batatas.

Regue o peixe com bastante azeite.

Coloque a mistura de cebola e pimentão, já temperada, entre os pedaços de bacalhau e continue regando com bastante azeite.

Acrescente o leite de coco de maneira que todo o prato seja regado.

Se quiser, acrescente um punhadinho de alho frito em cima de cada postas de bacalhau e enfeite com tomates grape e cereja.

Leve ao forno quente, por aproximadamente 1 hora, até que o bacalhau fique dourado e faça uma casquinha.

Retire do forno com cuidado e sirva com caldo fervendo, acompanhado de arroz branco e vinho tinto seco.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/25738-lombo-de-bacalhau-ao-forno.html>