

SALADA DE BACALHAU POLCACK COM GRÃO DE BICO

INGREDIENTES

1/2 kg de lascas de polack (tipo bacalhau)

1/2 kg de grão-de-bico

100 g de azeitona preta

azeite extra virgem (a gosto)

salsa e cebolinha (a gosto)

4 folhas de louro

1/8 de grão de noz-moscada

MODO DE PREPARO

Lave o polack, embaixo da água corrente e retire o excesso de sal.

Coloque o polack e o grão-de-bico de molho juntos (a panela deve cobrir os ingredientes).

Coloque as folhas de louro.

Rale a noz-moscada.

Deixe descansar por quatro horas.

O grão ficando de molho, reduz o tempo de cozimento além de absorver o sal e sabor do peixe.

Trocar a água (uma única vez).

Cozinhar por 20 minutos (após a água entrar em ebulação).

Retirar o polack.

Continuar cozinhando o grão de bico, na mesma água, por mais 20 minutos ou até ficar al dente.

Escorrer a água.

Retirar as folhas de louro.

Em uma travessa, regue o grão de bico com azeite extra virgem (seja generoso/a).

Na mesma travessa, desfie o polack e misture ao grão de bico.

Acerte o azeite sempre mantendo a umidade do prato.

Coloque as azeitonas, a salsa e a cebolinha.

Deixe na geladeira por 2 horas.

Sirva gelada.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/29227-salada-de-bacalhau-polcack-com-grao-de-bico.html>