

MOQUECA SIMPLES

INGREDIENTES

1 kg de filé de merluza ou outro peixe de sua preferência
1 cebola grande cortada em rodelas
2 tomates cortados em rodelas
1 pimentão cortado em rodelas
3 batatas grandes descascadas e cortadas em rodelas grossas
1 vidro pequeno que leite de coco
1 xícara de vinagre
6 colheres de sopa de azeite de dendê
coentro ou cheiro verde a gosto
sal, alho e pimenta-do-reino a gosto
500 g de camarão limpo (opcional)

MODO DE PREPARO

Corte os filés ao meio e coloque em uma vasilha.

Cubra com água e coloque o vinagre. Deixe de molho por uns 10 minutos, escorra e lave.

Tempere o peixe com o sal, a pimenta e o alho e deixe tomar gosto por cerca de 1 hora.

Numa panela grande coloque 3 colheres de azeite de dendê e faça as seguintes camadas, batatas, peixe, cebola, pimentão, tomate e coentro. Repita as camadas até acabar o peixe.

Regue com mais 3 colheres de azeite de dendê e coloque em seguida o leite de coco.

Cozinhe em fogo baixo por 20 minutos com a panela tampada. Durante o cozimento, vá jogando o caldo em cima do peixe.

Se quiser colocar camarão é só acrescentá-lo no final do cozimento por dez minutos ou o suficiente para o camarão ficar rosado.

Não deixe cozinhar muito, pois o camarão endurece.

Não precisa acrescentar água, pois o peixe solta muita água.

Fique de olho no cozimento para não cozinhar demais o peixe e ele desmanchar.

Servir com pirão e arroz branco.

Para fazer o pirão basta colocar um pouco do caldo do peixe numa panela (se quiser pode colocar algumas gotas de pimenta).

Ligue o fogo, quando começar a ferver vá colocando a farinha aos poucos e mexendo, sem parar.

A farinha deve ser jogada como uma nuvem, bem lentamente para não formar bolotas.

Coloque a farinha aos poucos e deixe ferver mexendo.

Se quiser mais durinha coloque mais um pouco de farinha e mexa, quanto mais ela cozinha, mais dura fica.

Tem que deixar cozinhar para não ficar com gosto de farinha crua. Por isso é melhor colocar pouca farinha de cada vez.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrapidas.com.br/receita/30636-moqueca-simples.html>