

MOQUECA GUAÇUANA

INGREDIENTES

2 kg lombo de bacalhau (gadus morua) dessalgado e sem pele

1 pimentão amarelo em tiras

1 pimentão vermelho em tiras

1 pimentão verde em tiras

2 tomates em cubos

2 cebolas grandes em rodelas finas

4 dentes de alho

1 lata de tomate sem pele

3 colheres de azeite de dendê

200 ml de leite de coco

2 ramos de coentro

sal, pimenta-do-reino e cheiro verde a gosto

MODO DE PREPARO

Refogue o alho, o sal, a pimenta do reino e o cheiro verde no azeite de dendê numa panela tipo Wok (com tampa).

Disponha o bacalhau em postas generosas sobre o refogado anterior.

Cubra com o tomate sem pele, as cebolas em rodelas, os tomates em cubos e os pimentões.

Cozinhe por 30 minutos com a panela tampada.

Acrescentar o coentro e cozinhe por mais 5 minutos.

Acrescentar o leite de coco e cozinhe por mais 10 minutos com a panela destampada.

Sirva com arroz branco e salada verde (rúcula, acelga e cebola em finas rodelas).

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrapidass.com.br/receita/45953-moqueca-guacuana.html>