

FONDUE DE CAMARÃO



Revista
Ago. | Set. 10

Fotos: Nuno Campos
Chef: Fernando Fonseca

PARA 6 PESSOAS

INGREDIENTES

1,5 kg de camarão 20/30 7Star • Espinhas e cabeças de Peixe • cebola • 1 talo de aipo • 3 dentes de alho • 1 cenoura • 1 folha de louro • 1 malagueta • 50 ml de azeite 0,7° • 1 tomate maduro • 100 ml de vinho branco • 1 ramo de manjeriço • 2 colheres de chá de salsa fresca picada • 1 colher de café de sal marinho • 2 l de água • 100 g de manteiga • 1 limão • 1 baguete grande

PREPARAÇÃO

Descasque os camarões, reserve as cascas e as cabeças, e limpe as tripas • Pique a cebola, o aipo, a cenoura, 1 dente de alho, louro e a malagueta • Refogue no azeite e adicione algumas espinhas e cabeças de peixe, assim como as cascas dos camarões • Deixe ganhar cor e mexa sempre, adicionando o tomate e refrescando com o vinho branco • Junte 2 litros de água a ferver e os pés da salsa • Após 30 minutos de cozedura lenta, passe por um passador e mantenha quente na panela de fondue depois de verificar o tempero • Não deite muito sal, pois ao reduzir o sabor intensifica-se • Prepare fatias de baguete com uma espessura de 1 dedo e barre-as com manteiga de alho, obtida através da combinação da manteiga, alho picado, salsa picada e sumo de limão • Leve a dourar no forno e sirva com o camarão que, entretanto, será espetado nos garfos e cozido no caldo que ferve no fondue com o manjeriço e a restante salsa • Pode temperar os camarões com sal, fio de azeite, pimenta preta do moinho, umas gotas de sumo de limão, alho picado e malagueta picada

Notas:

O ideal será comprar o peixe na Peixaria Apolónia, onde poderá ser logo cortado em filete • No entanto, peça para reservar as cabeças e espinhas necessárias para o caldo • No final pode adicionar um pouco de massa miúda • Rectifique o tempero e cozinhe lentamente durante mais dez minutos