

LOMBO DE BACALHAU



Revista
Out. | Nov. 10

Fotos: Nuno Campos
Chef: Fernando Fonseca

PARA 4 PESSOAS

INGREDIENTES

1 embalagem de lombo de bacalhau Dias, sem pele e espinhas • 1 cebolinha nova •
1 lata de grão cozido Compal • 1 tomate maduro • 100 ml de azeite 0,4º •
2 dentes de alho • 1 ramo de tomilho • 1 ramo de salsa • Pimenta preta do moinho a gosto

PREPARAÇÃO

Descongele o bacalhau com antecedência, de modo a não alterar a sua textura • Refogue a parte branca da cebolinha nova e um dente de alho em azeite, e adicione o grão cozido mais a sua água, deixando ferver durante alguns minutos • Passe com um passe vite ou uma varinha mágica, de modo a ficar em puré bem fino • Reserve • Coloque os lombos num tachinho com tampa e tempere com o azeite, os dentes de alho, o tomilho e a folha de louro • Leve ao lume muito brando, de modo a não ferver o bacalhau e cozinhe-o lentamente por um período que variará de acordo com o tamanho das peças e a potência do fogão (aprox. 15-20 min.) • Corte a cebolinha verde em tirinhas, assim como o tomate sem pele e sementes • Salpique com salsa picada e tempere com azeite e pimenta do moinho • Emprate o puré de grão, dispondo as peças de bacalhau harmoniosamente e decorando com a pequena salada de cebolinha • Molhe com o caldo de bacalhau resultante da cozedura, bem reduzido, de modo a ficar espesso e untuoso