

# SOPA DE MARISCO À WEST CORK



Revista  
Fev. | Mar. 11

Fotos: Virgílio Rodrigues  
Chef: Jonnie Pratt

Para 6 pessoas

## INGREDIENTES

50 g de bacon em cubos • 30 g de manteiga • 1 cebola em cubos pequenos •  
1 cenoura em cubos pequenos • 1 alho francês em cubos pequenos • 1 batata em cubos pequenos •  
1 raminho de tomilho fresco • 1 folha de louro • 30 g de farinha • 1 l de caldo de peixe fresco  
ou 1 l de água e um cubo de caldo de peixe de boa qualidade • 200 ml de natas frescas •  
200 g de mistura de peixe fresco e marisco em cubos • Sal e pimenta a gosto

## PREPARAÇÃO

Frite o bacon em manteiga durante 2 minutos. Adicione o tomilho, a folha de louro e os legumes (excepto as batatas) e refogue-os durante mais 5 minutos. Adicione uma colher de sopa de farinha e mexa bem. Deixe cozer entre 2-3 minutos, mexendo continuamente para que desapareça o sabor cru da farinha. Adicione lentamente o caldo de peixe, mexendo sempre para remover quaisquer grumos. Deixe levantar fervura. Adicione as natas e a batata. Tenha cuidado para que a sopa não se pegue ao fundo da panela. Deixe ferver durante 5 minutos. Tempere com sal e pimenta preta moída na hora. Adicione o peixe e o marisco. Deixe levantar fervura e cozer durante mais 2 minutos. Sirva com pão irlandês de bicarbonato.