Panela de Vapor

Receita de Fã
Fácil
60 Min.
4 Doses

BOCA NEGRA AO VAPOR COM ERVAS AROMÁTICAS

INGREDIENTES

- 2 BOCAS NEGRAS MÉDIAS
- 1 KG BATATAS PARA COZER
- COENTROS Q.B.
- SALSA Q.B
- LIMÃO Q.B.
- 4 DENTES DE ALHO
- AZEITE Q.B.
- SAL A GOSTO

CONFEÇÃO

1. Na taça sem acessório coloque as batatas, cubra com água, tempere com sal. Feche com a tampa e coloque o colector de líquidos.

2. Na vaporeira, forrada com papel vegetal disponha as bocas negras, previamente com cortes na transversal e temperadas com sal. Coloque os dentes de alho esmagados nos cortes, com rodelas de limão. Cubra com salsa, coentros, limão. Regue com azeite e sumo do limão.

3. Programe 120º, 40 min.

4. No final verifique as batatas e peixe. Se necessário ajustar o tempo.

6. Poderá aproveitar e cozinhar em pirâmide, colocando as batatas no cesto e fazer sopa na taça. Pode ainda aumentar a dose de peixe, usando também o tabuleiro da vaporeira.

7. Bom apetite!