

MOQUECA DE PESCADA



CONFEÇÃO

-
-
3. Na taça da cc com lâmina de corte, picar os alhos vel 10 15 seg, raspar as laterais adicionar azeite a cebola em meias luas e programar p1 slowcook 5 min.

 4. Juntar as postas de Pescada e adicionar a polpa tomate, o leite de coco o vinho sal e pimenta, a salsa o caldo de peixe e o caril e programar slowcook p3 130 gr 30 min.

INGREDIENTES

- MOQUECA DE PESCADA
- 5 POSTAS DE PESCADA
- 2 CEBOLAS
- 2 DENTAR DE ALHO
- 1 LATA TOMATE PELADO PEDAÇOS PEQUENA
- 200 ML LEITE COCO
- 10 ML AZEITE
- 1 COLHER C.C. CARIL EM PÓ
- 50 ML VINHO BRANCO
- 1 CALDO DE PEIXE
- SUMO DE 1 LIMÃO PEQUENO
- SAL E PIMENTA QUE BASTE
- SALSA