



Bacalhau de forno



Rendimento

10 porções



Tempo de preparo

00:30

Ingredientes

Nome do Ingrediente	Medida Caseira	Peso/Volume
Bacalhau (dessalgado, cozido e desfiado)	1 unidade	1 un
Azeite de Oliva Tipo Único TERRANO®	1 xícara (chá)	200 ml
Pimentão vermelho (em rodela)	1 unidade média	150 g
Pimentão amarelo (em rodela)	1 unidade média	150 g
Pimentão verde (em rodela)	1 unidade média	150 g
Cebola (em rodela)	2 unidades médias	300 g
Batata (cozida, em rodela)	4 unidades médias	640 g
HONDASHI® Profissional	1 colher (sopa)	13 g
Ovo cozido (em gomos)	5 unidades	250 g
Azeitona preta (sem caroço, cortada ao meio)	20 unidades	80 g
Cebolinha-verde (picada)	Meia xícara (chá)	20 g

Modo de Preparo

1. Para dessalgar o bacalhau: lave as lascas de bacalhau em água corrente por 5 minutos para retirar todo o excesso de sal. Transfira para um bowl grande, cubra com água gelada, tampe

com plástico-filme e leve à geladeira por 3 horas. Escorra, cubra novamente com água gelada e plástico-filme e retorne à geladeira por mais 3 horas. Escorra.

2. Em uma panela grande, coloque o bacalhau dessalgado, cubra com água quente e leve ao fogo alto. Deixe cozinhar por 8 minutos, após a fervura, ou até que esteja totalmente cozido. Retire do fogo e reserve.

3. Em uma “sauteuse” média, coloque 2 colheres (sopa) do Azeite TERRANO™ e leve ao fogo alto para aquecer. Junte os pimentões e a cebola, e refogue até que a cebola fique transparente. Retire do fogo e reserve.

4. Em uma GN ½, disponha, as batatas e salpique metade do HONDASHI® Profissional. Distribua o bacalhau, tempere com o restante do HONDASHI® Profissional e cubra com os legumes refogados. Regue com o restante do Azeite TERRANO™, leve ao forno médio (180 graus), preaquecido, por 15 minutos.

5. Retire do forno, distribua o ovo e a azeitona, salpique a cebolinha-verde e sirva em seguida.