

Pescada com ervilhas



Ingredientes: 8 unidade de lombos de pescada
0 unidade de sal & pimenta
0 unidade de limão
0 unidade de azeite
0 unidade de alho
0 unidade de vinho branco
0 unidade de caldo de peixe
2 unidade de tigelas de ervilhas
2 unidade de cebolas médias

Instruções de preparação:

Tempere o peixe com sal, pimenta e sumo de limão. Deite o azeite no fundo de um tacho largo e junte-lhe as cebolas às rodelas e o dente de alho picado. Refogue um pouco e regue com o vinho branco. Quando levantar fervura coloque na caçarola as postas de peixe numa só camada. Cozinhe em lume brando durante 15 minutos. Retire o peixe com uma espátula. Deite na caçarola caldo de peixe suficiente para cozer as ervilhas. Quando ferver, junte as ervilhas, verifique os temperos e cozinhe até as ervilhas ficarem tenras. Coloque o peixe sobre as ervilhas e apure durante alguns minutos. Sirva muito quente com pedacinhos de pão torrado ou frito.

Sugestões Adicionais: