

Moqueca

Toplam 50 dk

Hazırlama 25 dk · Pişirme 25 dk

4 kişilik

Orta

~390 kcal

Açılış 18/10

Bahia kıyılarında Hindistan cevizi sütü ve biberler aynı tencerede yumuşak bir yahniye döner.

Malzemeler

- 700 gr Beyaz etli balık
- 400 ml Hindistan cevizi sütü
- 3 adet Domates
- 2 adet Kırmızı biber
- 2 yemek kaşığı Limon suyu
- 1 çay kaşığı Tuz

Yapılış

1. Balık limon ve tuzla 15 dakika marine edin.
2. Domates ve biberleri tencerede 10 dakika pişirin.
3. Hindistan cevizi sütü ve balığı ekleyip 15 dakika pişirin.

PÜF NOKTASI

Balık tencereye en son ekleyin; uzun pişerse parçalanır.

SERVIS ÖNERİSİ

Beyaz pirinç ve kişnişle servis edin.

Alerjenler

Deniz ürünleri