

# Rio Moqueca Balık

Toplam 45 dk

Hazırlama 20 dk · Pişirme 25 dk

4 kişilik

Orta

~380 kcal

Açılış 18/10

Moqueca, beyaz balık, limon, biber, domates, hindistan cevizi sütü ve kişnişle kısık ateşte pişiren Brezilya deniz ürünleri yahnisidir.

## Malzemeler

- 700 gr Beyaz balık fileto
- 3 yemek kaşığı Lime suyu
- 1 adet Soğan
- 2 adet Kappa biber
- 3 adet Domates
- 400 ml Hindistan cevizi sütü
- 0.5 demet Kişniş
- 2 yemek kaşığı Palm yağı veya zeytinyağı

## Yapılışı

1. Balık fileto parçaları kesip lime suyu ve tuzla 15 dakika bekletin.
2. Soğan ve biberleri yağda 6 dakika yumuşatın.
3. Domatesleri ekleyip sosu 8 dakika pişirin.
4. Hindistan cevizi sütünü tencereye katıp kaynama noktasına getirin.
5. Balık parçalarını sosla yerleştirip kapağı kapatın.
6. Balık 8-10 dakika opaklaşana kadar pişirin.
7. Kişniş ve lime ile servis edin.

### PÜF NOKTASI

Balık sos kaynadıktan sonra eklemek parçaların yağlı madde pişmesini sağlar.

### SERVIS ÖNERİSİ

Pirinç, farofa ve lime dilimleriyle sıcak kaselerde servis edin.

## Alerjenler

Deniz ürünleri