

Arroz de Peixe



Grau de Dificuldade: Simples

Custo da Refeição: Médio

Tempo Preparação: 15 minutos

Tempo Cozedura: 40 minutos

Doses: 4

INGREDIENTES

- 400/500g de lombos de pescada
- 150/200g e miolo de camarão
- 2 colheres de sopa de caldo de marisco (em pó)
- 3 colheres de sopa de calda de tomate
- 200g de arroz
- 2 dentes de alho
- 1 tomate maduro
- 1 cebola
- Azeite
- Sal
- 2 folha de louro
- 12 tiras de delicias do mar
- 2 colheres de café de Piri-piri (fica ligeiramente picante)
- 150ml de vinho branco
- 600ml de água

INSTRUÇÕES DE PREPARAÇÃO

1. Começar por picar a cebola e o alhos, pelar o tomate e cortar em pequenos cubos.
2. Num tacho em lume forte com um fio de azeite alourar a cebola e os alhos.
3. Quando a cebola estiver translúcida acrescentar o tomate.
4. Quando o tomate estiver a ficar desfeito acrescentar o vinho e deixar ferver em lume forte durante cerca de 5 minutos.
5. De seguida acrescentar a polpa de tomate, as folhas de louro e os lombos de pescada cortado em pequenos pedaços. Temperar com uma pitada de sal e pimenta.
6. De seguida acrescentar a água, quando começar a ferver rectificar temperos se necessário e acrescentar o arroz e o miolo de camarão. Mexer de 5 em 5 minutos. Acrescentar água durante a cozedura se necessário.
7. Cerca de 10 minutos depois, quando o arroz estiver praticamente cozido colocar as delicias do mar cortadas em cubos.