

Peixe Apressado de notas cítricas e baunilha

Ingredientes

2 lombos de pescada fresca sem espinha, com pele (escamada)

8 batatas bem pequenas descascadas e torneadas

1 couve pak choi

1 cenoura grande em lâminas

1 pitada de baunilha moída ou uma colher de chá de essência

Maionese

Limão

Azeite

Preparação:

Arrepie de sal os lombos de pescada. Arrepiar é salgar no sentido contrário ao da escama. Reservar.

Numa tigela deitar 3 colheres de sopa de maionese, juntar o sumo e a raspa de meio limão. Reservar no frio até à hora de servir.

Introduzir na cuba as batatas, a cenoura em lâminas compridas, as folhas de pak choi e cobrir de água, temperar de sal e baunilha. Introduzir o cesto de cozedura a vapor, dispôr o peixe e programar cozedura rápida ou usar o programa pré definido para “Caldeirada de bacalhau – 2 pessoas”.

No final da cozedura, tirar o cesto, escorrer os vegetais e empratar por camadas, juntando a cada uma um pouco da maionese de citrinos. Finalize com o peixe, pingue de azeite se gostar e um pouco de pimenta.