

LOMBO DE BACALHAU COZIDO EM AZEITE COM GRELOS E BATATAS FRITAS

Chefe José Avillez

INGREDIENTES

Para o bacalhau:

4 lombos de bacalhau demolido ultracongelado
Lugrade com 120 g cada
1 dente de alho esmagado
2 folhas de louro
Vidrado de laranja q.b.
Vidrado de limão q.b.
Tomilho q.b.
Alecrim q.b.
Azeite Valle Madruga q.b.
Grãos de pimenta preta q.b.

Para os grelos:

200 g de grelos arranjados, escaldados,
arrefecidos em água com gelo e sal e escorridos **1**
3 dentes de alho laminados
Azeite Truncado q.b.
Sal Marinho Rui Simeão q.b.

Para as batatas:

8 batatas
Alho q.b.
Louro q.b.
Azeite Valle Madruga q.b.
Sal Marinho Rui Simeão q.b.
Flor de sal Rui Simeão q.b.
Óleo para fritar q.b.



PREPARAÇÃO

Descongele os lombos de bacalhau de um dia para o outro no frigorífico. Na véspera ou uns dias antes, descasque as batatas e corte-as grosseiramente em quartos.

Coza as batatas em lume brando (em água temperada com sal, louro, alho e um fio de azeite) até que se comecem a desfazer-se ligeiramente.

Retire as batatas da água, escorra bem, passe para um tabuleiro (tendo o cuidado de não as sobrepor) e deixe secar ao ar.

Quando as batatas estiverem secas, congele. Corte o bacalhau descongelado em peças de 120 g.

Coza o bacalhau coberto de azeite com o dente de alho esmagado, as folhas de louro, casca de laranja, casca de limão, tomilho, alecrim e uns grãos de pimenta preta.

O azeite não deverá passar os 80°C. Poderá cozinhar o bacalhau no forno ou em lume muito brando.

Numa frigideira antiaderente, junte um fio de azeite, deixe aquecer um pouco, mas não demasiado, e junte os dentes de alho laminados (atenção: o alho não deve corar).

Acrescente os grelos bem escorridos, deixe saltear e corrija os temperos com um pouco de sal. Se necessário, junte mais um fio de azeite. Envolve bem e deixe saltear mais um pouco.

Aqueça o óleo a 180 ° C-190 ° C e frite as batatas congeladas. Quando as batatas estiverem bem douradas, escorra-as em papel absorvente e tempere-as com flor de sal.

Sirva o bacalhau cozido em azeite com os grelos salteados e as batatas fritas.

QUINTA
VALLE
MADRUGA



Alberto Ramos Moreira

935 626 736

a.t.moreira.email@sapo.pt

