

Lombo de Bacalhau, Carabineiro e Lula

Chefe Diogo Rocha

INGREDIENTES

800 g de lombo bacalhau Lugrade;
1 l azeite Valle Madruga
300 g de cabeças de carabineiro
4 cebolas
4 dentes de alho
200 g de alho francês
200 g de tomate
100 g de aipo
100 ml Brandy
200 g de lulas
10 g de citronela
100 g de pão de leite
20 g de pimento amarelo
20 g de pimento verde
20 g de pimento vermelho
Sal Marinho Rui Simeão



PREPARAÇÃO

Comece por confitar os lombos de bacalhau em azeite numa caçarola.

Descasque todos os legumes e corte-os em pedaços. Numa panela Coloque as cabeças do carabineiro e os legumes aos pedaços. Refogue usando o azeite do bacalhau.

Refresque com brandy e com um isqueiro pegue fogo (a este processo damos o nome de flamejar).

Depois de reduzir o álcool preencha com água e cozinhe em lume brando.

Passadas duas horas e meia triture o caldo e coe. Volte a reduzi-lo até metade do volume.

Sirva o lombo do bacalhau com o caldo reduzido e na hora de servir salteie as lulas rapidamente num tacho e junte ao prato.

Decore com os pimentos cortados em brunesa pequena (cubos pequenos) e faça uma tosta fina com o pão de leite, junte a citronela.

