

« Bacalhao cocido » – quel na po betg mancar

Merluz è il pli popular pesch en la cuschina dal Portugal. Quai è in pesch che vegn setgentà e conservà en sal. Uschia sa lascha il merluz conservar per lung temp en in lieu sitg. Fitg impurtant è da tschentar ils tocs da merluz en aua freida durant 4-5 dis e midar l'aua trais almain giadas al di - avant che cuschinar. Lura vegn il pesch lom e perda sal.



Preparaziun:

Preparar tartuffels e verdura.

Laschar coier emprim ils tartuffels cun la tschagula entira e l'ov entir cun crosta en aua.

Na betg salar l'aua. Il merluz è avunda salà. Tartuffels e verduras ston esser al dente.

Cura che las verduras ed ils tartuffels en cotgs, tschentar il toc da merluz en la medema chazzetta e laschar coier 3-4 minutas tut ensemen. Evitar che il pesch dat dapart.

Tschentar a moda decorativa las verduras, il tartuffel ed il pesch sin in taglier.

Spaletschar l'ov cotg e meter tiers.

Sosa verda:

Manizzar agl e tschagula fitg fin, agiuntar tschagugliuns e peterschigl. Agiuntar ieli d'uliva ed il vin cotschen, sal e paiver e maschadar fitg bain cun la scuetta.

La sosa verda è il toc final dal taglier e po uss vegnir servi.

Bun appetit!

Ingredientas

Per ina persuna:

- 2 tartuffels mesauns
- 1 tschagula
- In ov
- 140 grams merluz (bacalhao)
- 1 flur cardifiol
- 1 flur broccoli
- 1 carotta
- Tschagugliuns

Sosa verda

- Tschagulas
- Agl
- 1 dl Ieli d'uliva
- Peterschigl e tschagugliuns
- 2 tschaduns vin cotschen
- Sal e paiver

