



GASTRONOMIA DEL BRASILE

MOQUECA (STUFATO DI PESCE) per 4 – 6 persone

Ingredienti :

900 gr. di filetti di pesce bianco
1 limone
2 cipolle tagliate a fettine
3 pomodori tagliati a fettine
150 gr. di gamberi o gamberetti sgusciati
prezzemolo tritato
2 cucchiaini di olio preferibilmente di palma
latte di cocco
1 chili (in italiano si pronuncia cili : tipo di peperoncino) tagliato finemente
sale e pepe q.b.



Preparazione :

Tagliate a metà il limone e strofinatelo sul pesce.
Poi spremetelo e conservate il succo.
Scaldate l'olio in una padella e fate soffriggere le cipolle e il chili (peperoncino), poi aggiungete pomodori, pesce, gamberi o gamberetti, succo del limone a piacere, 3 cucchiaini di latte di cocco, sale e pepe q.b.
Fate cuocere velocemente per 1 minuto, poi spegnete la fiamma, coprite e lasciate riposare per 1 ora
Quindi scaldate di nuovo il tegame e lasciate cuocere per alcuni minuti finché il pesce non sarà tenero.
Guarnite con il prezzemolo e servite con del riso in bianco.