

Muqueca de peixe

Mucqueca es un plato tradicional en Bahía, una región de Brasil. Se puede hacer con peces diferentes, o con camarones (Mucqueca de Camarão).

Ingredientes

Para 6 personas

1 kg de piezas de pescado sin bordes: bacalao

3 o 4 cebollas + 1 para farofa

4 pimientos medianos

4 tomates (o una caja de tomates que se cortarán en anillos)

Un pequeño ramo de albahaca, cilantro, perejil

2 dientes de ajo

salsa Tabasco

Aceite de oliva (o, tradicionalmente, dendê: aceite de palma)

1 o 2 cucharas de margarina grandes

800 ml de leche de coco o crema de coco

250 g de harina de yuca

Preparación

- Muqueca
 1. Pinda las cebollas, excepto una, corta los pimientos en anillos y los tomates.
 2. En un plato grande (wok o cacerola), caliente un fondo de aceite de oliva, agregue la mitad de las cebollas, la mitad de los pimientos, la mitad de los tomates, el ajo triturado y un poco de Tabasco. Sal y pimienta y cocine durante 5 a 10 minutos a fuego bastante fuerte (sin quemar las verduras).
 3. Coloque las piezas de pescado sobre las verduras.
 4. Espolvorea con albahaca cortada, cilantro y perejil.
 5. Termine con el resto de las verduras y la cubierta. Cocine por 20 minutos a fuego medio.
 6. Mientras tanto, haz el Farofa.
 7. Al final de la cocción, las verduras y el pescado tuvieron que hacer jugo. Luego vierta la leche de coco: solo la parte gruesa que se encuentra en la parte superior del ladrillo. Cocine por otros 10 minutos, ajuste el condimento (sal, pimienta, tabasco)
- Ferofa
 1. Pica la cebolla muy fina
 2. En una sartén pequeña, dore la cebolla en la margarina hasta que esté translúcida.
 3. Luego agregue 200 g de harina de yuca, mezcle y revuelva regularmente, a fuego lento, durante 5 a 10 minutos
- Pirão
 1. Tome 2 cucharones de jugo de mucuca (después de agregar leche de coco) y caliéntelo en una cacerola pequeña
 2. Agregue 2 cucharadas de harina de yuca y Tabasco (el Pirão debe estar bien picante)
 3. Robado constantemente revolviendo hasta que la mezcla se espese. Luego deja de cocinar.

Sirva Mucuca, Farofa, Pirão y Rice al mismo tiempo sobre la mesa.