

Bacalhau Grelhado com Polenta e Queijo da Ilha

Fácil 20min 3 pessoas



por: Mariana Teixeira



Compatível: **Cookii 2**

Atenção: as receitas Cookii 1 não podem ser feitas na Cookii 2 e vice-versa.

Ingredientes

BACALHAU

2 ou 3 lombos de bacalhau
3 dentes alho, laminados
q.b. Azeite
1 c. sopa salsa e coentros frescos, picados

POLENTA COM QUEIJO DA ILHA

150 g sêmola de milho
150 g queijo da ilha (ou parmesão)
400 g água
1/2 cubo de caldo de legumes
mistura de ervas aromáticas frescas (usei salsa, coentros e cebolinho)
15 g
350 g leite

Preparação

Polenta

No copo do Cookii, coloque o queijo e pique 10 segundos na velocidade 7. Retire e reserve. Coloque depois no copo a água, o caldo de legumes e o cesto com as ervas aromáticas e cozinhe por 8 minutos a 100°C na velocidade 2. Retire o cesto com a ajuda da espátula e descarte as ervas. Insira a borboleta no copo e adicione o leite. Programar 4 minutos a 90°C na velocidade 1. De seguida programe mais 4 minutos na velocidade 2 e adicione a sêmola em chuva, através da tampa. Finalmente, adicione o queijo ralado que havia reservado, e envolva por 15 segundos na velocidade 2.

Bacalhau

Colocar os lombos de bacalhau a grelhar.

Num prato de servir, colocar a polenta e por cima colocar o lombo de bacalhau grelhado. Regar com um molho de azeite, dentes de alho laminados e ervas aromáticas picadas (usei salsa e coentros).

