

PESCA'O ZARANDEA'O

DIFICULDADE: ●●● Média

AJUDA NECESSÁRIA:
Sim



PORÇÕES:



INGREDIENTES

- 30 g de **ají dulce criollo** escaldado 3 vezes
- 60 g de **gingibre** descascado
- 15 g de **coentro**
- ½ l de **água**
- 150 g de **pão** torrad
- 200 g de **pimenta chipotle** em l (1 lata, opcional)
- 300 g de **maionese**
- 150 g de **mostarda**
- 100 g de **coentro fresco**
- **Sal e pimenta** a gosto
- **Limão**
- **Peixe** fresco



PREPARAÇÃO

- 1 Ferva a **ají dulce**, o **gingibre** e o **coentro** numa panela até as pimentas ficarem macias. Reserve com todo o líquido.
- 2 Misture o **ají dulce**, o **gingibre**, o **coentro fresco**, o **pão torrado** e as **pimentas chipotle** (opcional)
- 3 Se necessário, utilize o líquido do cozimento para suavizar.
- 4 Numa tigela à parte, misture a **maionese** e a **mostarda**, adicione a base de **ajís** (opcional) e finalize com **limão** fresca.
- 5 **Sele** o peixe de ambos os lados numa frigideira.
- 6 Para terminar, espalhe bastante molho sobre o peixe, coloque num tabuleiro e acabe de cozinhar no forno a 240 °C até o molho ficar dourado e o peixe cozido. Para saber se o peixe está pronto, você pode pressionar com a espátula até o peixe se separar sozinho



Escaldar: Cozimento muito curto, em que os alimentos são colocados em água fervente por alguns segundos ou minutos, dependendo do alimento.

Selar: Fritar em fogo alto um pedaço de carne que será posteriormente cozido com outra técnica, por exemplo, assar. Utiliza-se para criar uma camada crocante.