



ARROZ COM BACALHAU E PIMENTÃO

INGREDIENTES

- . 800 g de bacalhau
- . 1 cebola média picada
- . 3 dentes de alho picados
- . 3 colheres (sopa) de azeite
- . 2 pimentões vermelhos médios cortados em tiras
- . 1 pimentão verde médio cortado em tiras
- . 3 colheres (sopa) de vinho branco seco
- . 2 xícaras (chá) de arroz branco cozido
- . 1/2 xícara (chá) de azeitona preta em rodelas

MODO DE PREPARO

1. Um dia antes, lave bem o bacalhau e coloque-o sobre uma peneira mergulhado em água dentro de uma tigela, sem contato com o fundo. Deixe na geladeira e troque a água pelo menos quatro vezes.
2. Na hora do preparo, escorra bem, cubra com água fervente e deixe descansar por 20 minutos.
3. Retire a pele e as espinhas e desfie em lascas.
4. Numa panela, em fogo baixo, refogue a cebola e o alho no azeite, junte os dois tipos de pimentão e cozinhe por um minuto.
5. Acrescente o bacalhau e cozinhe por cinco minutos.
6. Ponha o vinho e cozinhe por mais dez minutos. Junte o arroz ao bacalhau. Ponha azeitona e sirva.

Preparo: Rápido (até 30 minutos)

Rendimento: 4 porções

Dificuldade: Fácil

Categoria: Arroz e risoto

Calorias: 454 por porção

Fonte: <http://mdemulher.abril.com.br/culinaria/receitas/arroz-bacalhau-pimentao-482525.shtml>