Moqueca de Pescado por Marcela Lovegrove



Tiempo de preparación: 60 Min

Ingredientes

Leche de coco: 1 Taza
Aceite de dendé: c/n
Coriandro molido: 1 cdita
Jengibre rallado: 1 cda
Langostinos: 500 grs
Pescado Blanco: 1 kg
Pimiento rojo picado: 1 unidad
Sal: c/n
Cebolla picada: 1 Taza
Aceite: c/n
Cilantro Picado: c/n
Dientes de ajo picado: 5 Unidades
Jugo y ralladura de un limón: 1 unidad
Mix de hierbas frescas: c/n
Pimienta: c/n
Pimiento verde picado: 1 unidad
Tomates frescos cubeteados y sin semillas: 5 Unidades

Farofa

Ajo picado: c/n
Cebolla picada: 1/2 unidad
Manteca en cubos: c/n
Fariña de mandioca: 200 grs

Preparación de la Receta

- *Condimentar* los filetes de pescado con el *jugo* y la ralladura de 1 *limón*, sal y pimienta.
- Reservar.
- En una sartén amplia rehogar con aceite *cebolla*, *ajo*, *pimiento* verde, *pimiento* rojo, coriandro molido, *jengibre* rallado y cocinar hasta transparentar.
- Agregar la mitad de los tomates y las hierbas.
- *Condimentar* con sal, pimienta y dejar al fuego suave por 3 minutos.
- Ubicar los filetes sobre la preparación.
- Añadir *langostinos* crudos limpios y cubrir con el resto del *tomate* y las hierbas.
- Agregar leche de coco y cocinar por 5 minutos.
- Servir con unas gotas de aceite de dendé, *cilantro* picado, farofa y *arroz* blanco.

Farofa

- En una sartén *saltear* con *manteca* la *cebolla* picada hasta transparentar.
- Agregar *fariña* de *mandioca* y *saltear* hasta tostar y que cambie de textura.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/moqueca-de-pescado-por-marcela-lovegrove