

Moqueca de Palmito

Toplam 38 dk

Hazırlama 16 dk · Pişirme 22 dk

4 kişilik

Orta

~246 kcal

Açılış 14/10

Moqueca de palmito, palmiye kalbini domates ve hindistan cevizi sütüyle pişirerek parlak, sulu ve Brezilya sahilini anımsatan bir tencere yemeği hazırlar.

Malzemeler

- 300 gr Palmiye kalbi
- 1.5 su bardağı Hindistan cevizi sütü
- 3 adet Domates
- 1 adet Biber
- 1 yemek kaşığı Lime suyu
- 1 adet Kuru soğan
- 2 yemek kaşığı Zeytinyağı
- 0.8 çay kaşığı Tuz
- 1 yemek kaşığı Dende yağı
- 0.3 demet Taze kişniş
- 0.5 çay kaşığı Lime kabuğu

Yapılış

1. Palmitoyu süzün, kalbi halkalar halinde kesin ve lime suyuyla karıştırın.
2. Soğan, biber ve domatesi tencerede 7 dakika zeytinyağıyla pişirin.
3. Hindistan cevizi sütü ve tuzu ekleyip 10 dakika kısık ateşte pişirin.
4. Palmitoyu sosa yerleştirin ve 5 dakika 1 dakika kısık ateşte pişirmeyin.
5. Dende yağı, kişniş ve lime kabuğunu son anda ekleyip servis edin.

PÜF NOKTASI

Hindistan cevizi sütünü kaynatmadan pişirmek yemeğin parlak ve ipeksi kalmasını sağlar.

SERVIS ÖNERİSİ

Moqueca'yı sıcak sunun, yanına beyaz pirinç ve lime koyun.