

A rainha da mesa algarvia é, sem dúvida, a cataplana. Nesta receita, o sabor do peixe e dos mariscos apura no vapor da cozedura lenta. Irresistível. Pode servir com pão ou batata cozida porque o molho é mesmo uma tentação.

Cataplana de corvina com bivalves e marisco

4 doses | 45 min preparação | pode conter glúten

INGREDIENTES

500 g de corvina	½ cebola grande
200 g de camarão 40/60	½ malagueta
150 g de amêijoia boa	½ pimento amarelo
150 g de berbigão	½ pimento verde
150 g de lingueirão	½ pimento vermelho
150 g de mexilhão	1 dente de alho seco
20 g de chouriço	1 folha de louro
100 g de tomate maduro	Coentros q.b.
50 g de polpa de tomate	Pimenta preta q.b.
50 ml de azeite	Pimentão-doce q.b.
50 ml de caldo de peixe	Sal marinho q.b.
25 ml de vinho branco	Tomilho ou tomilho-limão q.b.

PREPARAÇÃO

Comece por amansar a corvina, retirando a espinha central e a cabeça, aproveitando as mesmas para fazer um caldo de peixe.

Corte os lombos em cubos, tempere com sal e pimenta, alho picado, azeite e um pouco de vinho branco. Reserve.

Na cataplana, faça um refogado em azeite com o chouriço cortado em cubos pequenos, a malagueta e o alho picado. Deixe fritar um pouco e, de seguida, acrescente as cebolas em meias-luas, os pimentos em juliana, os talos dos coentros picados e deixe apurar.

Junte o tomate, cortado em cubos. Refresque com um pouco de vinho branco e o caldo de peixe. Deixe apurar mais um pouco. Adicione a polpa de tomate e o pimentão-doce para dar cor e ligação.

De seguida, coloque a corvina, os camarões, sem a tripa, os bivalves, o tomilho-limão, a flor de sal e a pimenta. Deixe cozinhar durante 10 minutos. Termine com os coentros picados.

Sugestão: sirva com uma fatia de pão torrada aromatizada com azeite e ervas aromáticas.

