FRIGIDEIRA DE BACALHAU

INGREDIENTES

500 g de bacalhau dessalgado e triturado

1 colher (sopa) de azeite

5 batatas pequenas descascadas e cozidas ao vapor, cortadas em cubos

1 cenoura cozida ao vapor cortada em cubos

150 g de milho verde em conserva

150 g de ervilha em conserva

200 g de azeitonas pretas sem caroço

6 ovos com a clara separada da gema

3 colheres (sopa) de farinha de trigo

1 colher (sopa) de fermento em pó

alho triturado a gosto

cebola branca ralada a gosto

tempero verde a gosto

MODO DE PREPARO

Refogue o alho e a cebola com 1 colher (sopa) de azeite

Misture o bacalhau, batata, cenoura, milho verde, ervilha, azeitonas e reserve

Bata separadamente a clara dos ovos, até atingir o ponto de neve (quando a espuma forma uma massa uniforme e densa sem escorrer)

Acrescente as gemas e bata até ficar uniforme

Acrescente a farinha de trigo e o fermento em pó e bata até misturar

Misture um pouco da mistura de ovos com o bacalhau e reserve

Para a montagem, unte uma assadeira com azeite, inclusive nas laterais

Despeje a mistura de bacalhau na assadeira

Em seguida, acrescente a mistura de ovos de cobertura

Finalize com algumas azeitonas para enfeitar

Leve ao forno médio por 30 minutos

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitafacilrapida.com.br/receita/10812-frigideira-de-bacalhau.html