

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

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáceis

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/11247-frigideira-de-bacalhau.html>