

Safio com Massa

Enviado por Gonçalo Mendão
08-Ago-2008

Ingredientes:

- Safio (1 posta por pessoa)
- Sal q.b.
- 0,5 Cebola em rodela
- Pimento em tiras
- Tomate
- Azeite
- Cotovelinhos (50 g por pessoa)
- Orégão e Poejo Frescos
- 1 Ovo

Confeção:

Salga-se o peixe com cerca de 30 minutos de antecedência. Começa-se por fazer um refogado com a cebola cortada em rodela finas, o pimento cortado em tiras finas, um pouco de tomate e azeite.

Depois de apurar um pouco, acrescenta-se o poejo picado muito fino e água suficiente para cozer o peixe e a massa e ainda deixar o prato caldoso.

Depois de ferver um pouco, junta-se a massa e o peixe (sem sacudir o sal). Em estando cozido, rectificam-se os temperos e adiciona-se orégão fresco. Retira-se então do lume e acrescenta-se um ovo mexido por cima.

{mosgoogle}