



Cuscuz de peixe com legumes

TEMPO DE PREPARO: 1h

SERVE: 3



INGREDIENTES

500	Caldo	<input type="checkbox"/>	Refogado
<input type="checkbox"/>	partes de peixe (cabeça etc.)	<input type="checkbox"/>	· talos de espinafre, agrião, acelga
1/2	tomate	1/2	· tomate, cebola, pimentão
1/2	pimentão	1	· dente de alho
1l	água	<input type="checkbox"/>	· sal a gosto
1/2	cebola	1	· kg de farinha de milho

MODO DE FAZER

Cozinhar todos os ingredientes do caldo e coar. Adicionar o caldo ao refogado de talos e deixar cozinhar por 10 minutos (se secar ponha mais água). Adicionar farinha de milho aos poucos até dar consistência. Colocar a mistura em uma forma com furo no meio, untada com óleo. Deixar esfriar.
