

Click to verify



Migas de bacalhau à alentejana

Ingredientes:1 posta grande de bacalhau2 ovos250 g de pão duro4 dentes de alho1 cebola grandeAzeiteSal e pimentaÁgua1. Cozer a posta de bacalhau e reservar a água.2. Desfiar o bacalhau e reservar.3. Cortar o pão em fatias finas e colocá-lo num tacho ou frigideira funda.4. Levar ao lume uma frigideira com azeite, a cebola cortada em meias luas e 2 dentes de alho esburrachados. Temperar com sal e pimenta a gosto. Quando a cebola estiver refogada retirar do lume.5. Juntar o bacalhau desfiado à cebolada.6. Colocar o excesso de azeite da cebolada no pão fatiado.7. Voltar a ferver a água de cozedura do bacalhau, agora com um fio de azeite e os dois dentes de alho esmagados.8. Despejar a água no pão aos poucos de modo a ensopá-lo e desfazê-lo. É importante ir mexendo sempre.9. Juntar dois ovos mexidos. Mexer o preparado muito bem.10. Levar as migas ao lume. Temperar com sal e pimenta. Ir mexendo sempre bem.11. Adicionar um ramo de coentros picados. Mexer e retirar do lume.12. Dispor as migas no prato e, por cima, o bacalhau misturado com a cebolada.Associo sempre as migas à cozinha alentejana, que soube aliar grandes sabores a simples ingredientes. As migas, na minha opinião, são um prato quente mais apropriado para os dias mais frios. Mas este mês de junho não nada solarengo e, como tinha um resto de pão no frigorífico, que ninguém já ia comer de tão duro que estava, resolvi aproveitá-lo para estas migas. E fiz bem, porque adorámos.
Alimentação
Receitas, Dicas e Tendências
gastro-nômicas
Garrafeira Vinhos, Bebidas e Harmonizações
Casa Decoração, Organização e DIY
Familia
Maternidade, Bebês e Vida Familiar
Beleza
Dicas de Skincare, Haircare e Maquiagem
Animais Cuidados, Alimentação e Bem-Estar dos Pets
Ingredientes
500g de bacalhau demolhado e limpo
1 pão italiano médio em fatias
4 dentes de alho
1/2 xícara (chá) de azeite
2 fatias de toucinho
1 xícara (chá) de água quente
Sal de pimenta do reino a gosto
1 xícara (chá) de azeitonas pretas sem caroço
1/2 colher (sopa) de coentro picado
Tabela de conversão de medidas
Receitas em vídeo
Modo de preparo
Separe o peixe em lascas. Umedeça o pão na água fria e reserve. Descasque e pique o alho. Em uma panela grande, leve ao fogo o azeite e frite o toucinho. Quando o toucino estiver frito, retire-o e reserve. Coloque o alho na panela. Esprema o pão e adicione à panela. Mexa até se desfazer. Acrescente a água quente. Tempere com sal e pimenta e misture bem. Junte o bacalhau, mexa e deixe cozinhar por mais 5 minutos. Coloque a azeitona e polvilhe com o coentro antes de servir.
Rendimento: 4 porções
Tempo de preparo: 60 minutos
De ingredientes simples, nasce um rico repasto, uma refeição que se queria calórica, mas também saborosa. De grande tradição, as Migas de Bacalhau são um prato apreciado em todo o país, que nos transporta às suas origens alentejanas. Mais uma receita de excelência do rei da nossa culinária, o bacalhau. Das mil e uma formas de ser preparado, as famosas Migas de Bacalhau não deixam ninguém indiferente. Anote a receita que lhe apresentamos. Também lhe pode interessar: Migas de Coentros, Migas de Espargos, Migas de Broa com Espináfes, Migas de Feijão Frade. Um prato de grande tradição no Algarve, as Migas de Bacalhau, ou Migas Gatas, são uma das grandes reliquias da gastronomia portuguesa. Experimente. Imprimir receita Guardar no Pinterest
500 g de postas de bacalhau demolhado8 páes tipo filão (do dia anterior)20 g de coentros240 ml de azeite6 dentes de alho picados3 ovos grandes,b sal e pimenta-do-reino branca moída na hora
Cozinhe o bacalhau por 15 minutos em 2 litros de água. Escorra e reserve a água.Elimine a pele e as espinhas e desfie o bacalhau.Corte o pão em fatias finas e espalhe folhas de coentro por cima.Escalde o pão com a água em que o bacalhau foi cozido, mas sem encharcar demais.Leve uma panela ao fogo com 2 colheres (sopa) do azeite e doure o alho.Junte o pão embebido e mexa bem para desfazê-lo.Junte os ovos batidos, as lascas de bacalhau e o restante do azeite.Tempere com sal, se necessário, e com a pimenta. Envolve tudo muito bem e polvilhe com coentros. Sirva de imediato. As Migas Gatas de Bacalhau são um prato bem típico do Alentejo, daqueles que vêm do tempo em que nada se desperdiçava e tudo se aproveitava. Com pão duro, bacalhau, ovos e um bom azeite, faz-se esta maravilha simples mas cheia de sabor. No tempo dos nossos avós, era uma refeição humilde, mas que aconchegava o estômago e dava força para um dia de trabalho no campo. Hoje, continua a ser um prato de conforto, com o sabor autêntico da nossa terra!
Receita de Migas Gatas de Bacalhau à Alentejana
Ingredientes: 2 postas de bacalhau demolhado 3 páes alentejanos (de preferência duro) 4 ovos 3 dentes de alho picados 4 colheres de sopa de azeite Sal e pimenta q.b. Coentros frescos picados (opcional) Água q.b.
Preparação: Cozer o bacalhau - Num tacho com água, cozer o bacalhau durante 10 minutos. Retirar, limpar de espinhas e desfiar. Reservar a água da cozedura. Preparar o pão - Cortar o pão em pedaços pequenos e regar com a água quente do bacalhau, apenas o suficiente para amolecer. Refogar os alhos - Numa frigideira larga, aquecer o azeite e refogar os alhos até ficarem dourados. Misturar tudo - Adicionar o pão espremido e o bacalhau desfiado, mexendo bem até começar a ganhar uma textura cremosa. Cozinhar os ovos - Bater ligeiramente os ovos e juntá-los à frigideira, mexendo sempre até ficarem bem incorporados nas migas. Finalizar e servir - Temperar com sal e pimenta, polvilhar com coentros e servir bem quente!
Segredos para umas Migas Gatas no Ponto
Pão alentejano bem duro - Absorve melhor o caldo e dá a textura certa.
Água do bacalhau - Dá um sabor especial às migas. Mexer sempre ao juntar os ovos - Para que fiquem cremosos e bem misturados.
Azeite de qualidade - Um bom azeite faz toda a diferença no sabor!
RECEITAS DO ALENTEJO
Fazer umas migas é a forma perfeita de conseguir uma refeição simples, mas com um sabor e textura muito agradáveis. Servidas simples ou com um acompanhamento à sua escolha, ficam bem em qualquer tipo de ocasião. E esta receita de migas de bacalhau à alentejana não é, certamente, uma exceção.
750 gr de postas de bacalhau demolhado
4 ovos
6 dentes de alho
100 ml de azeite
300 gr de pão duro cortado em pequenos pedaços
750 ml da água da cozedura do bacalhau
Q.b. de sal, pimenta e coentros picados
Coloque o bacalhau a cozer em água abundante. Assim que o bacalhau estiver cozido, retire-o da água e deixe-o arrefecer um pouco. Reserve a água. Retire as espinhas e pele ao bacalhau, lascando-o depois com um garfo. Reserve. Num tacho, coloque o azeite, os alhos picados e o bacalhau lascado. Cozinhe 4 a 5 minutos em lume brando. Acrescente o pão, temperando tudo com sal e pimenta. Misture bem no refogado. Retire os 750 ml da água da cozedura do bacalhau e junte-a ao tacho, mexendo para que o pão fique bem desfeito. Coloque por cima os coentros picados, deixando cozinhar mais 2 ou 3 minutos. Entretanto, num tacho à parte, coloque água suficiente para escalfar os ovos, assim como duas colheres de chá de vinagre. Leve tudo a ferver. Assim que começar a ver bolhinhas a vir do fundo, coloque os ovos e deixe escalfar por 3 a 4 minutos. Retire os ovos com a ajuda de uma escumadeira. Sirva as migas de bacalhau à alentejana com os ovos escalfados por cima. A gastronomia do Alentejo é conhecida por conseguir fazer pratos deliciosos com poucos ingredientes, a maioria deles muito simples e fáceis de conseguir. É o caso destas migas de bacalhau à Alentejana, repletas de sabor e de tradição. A receita é simples e rápida de preparar e o resultado agrada sempre a toda a gente. Além disso, é possível adicionar ou alterar alguns dos ingredientes consoante o seu gosto pessoal. Aprenda a fazer migas de bacalhau à Alentejana. Todo o sabor da melhor tradição do Alentejo num prato reconfortante e que convida sempre a mais. Aprenda a fazer migas de bacalhau à Alentejana. Imprimir receita Guardar no Pinterest
500 g de bacalhau desfiado1 pão alentejano (cortado em fatias)2 fatias de toucinho4 dentes de alho½ chávena de chá de água quente1 chávena de azeitonas pretas sem caroço6 coentros6q salq pimenta
Desfaça o bacalhau em lascas. Umedeça o pão em água fria e reserve. Pique os dentes de alho em pedaços pequenos.Num tacho, coloque um fio de azeite e frite ligeiramente o toucinho.Quando estiver frito, retire e reserve.Coloque o alho no mesmo tacho onde frito o toucinho.Esprema o pão e adicione-o ao tacho.Mexa até se desfazer e acrescente a água quente.Tempere com sal e pimenta e envolva bem.Adicione o bacalhau, mexa e deixe cozinhar durante mais 5 minutos.Tempere com sal e pimenta e misture bem.Junte o bacalhau, mexa e deixe cozinhar por mais 5 minutos.Junte o toucinho frito e envolva bem.Adicione as azeitonas e polvilhe com coentros antes de servir. Existem muitas formas de enriquecer estas migas de bacalhau alentejanas. Pode adicionar favas, feijão frade e até grelos. Uma ótima forma de dar um aspeto mais composto ao prato é adicionando ovos cozidos antes de servir. Pode substituir o toucinho por bacon. Também pode utilizar presunto ou chourico de carne. Se não tem pão alentejano em casa, pode utilizar broa ou outro pão da sua preferência, desde que seja possível esfarelá-lo.
Serving: 200GCalorias: 392kcalHidratos de Carbono: 4gProteínas: 79gGordura: 4gGordura Saturada: 1gGordura Trans: 1gColesterol: 190mgSódio: 8825mgPotássio: 1847mgFibras: 1gAçúcar: 1gVitamina A: 176IUVitamina C: 5mgCálcio: 215mgFerro: 3mg
Tags: migasmigas de bacalhau As migas de bacalhau à alentejana são um prato tradicional que une sabor e história em cada garfada. Originárias da rica gastronomia do Alentejo, essas migas combinam o bacalhau desfiado com pão, alho e azeite, resultando em uma refeição reconfortante que reflete a essência da culinária portuguesa. Neste artigo, vamos explorar os segredos dessa iguaria, suas variações e a importância cultural que ocupa na mesa dos alentejanos. Prepare-se para uma viagem deliciosa pelo coração do Alentejo!
As migas de bacalhau à alentejana são especiais pela combinação do bacalhau desfiado, pão, alho e azeite, resultando em um prato saboroso e reconfortante. O que é a receita de migas de bacalhau à alentejana e quais são os ingredientes principais?
As migas de bacalhau à alentejana são um prato tradicional da culinária de Portugal, especialmente apreciado na região do Alentejo. Este prato combina a suavidade do bacalhau desfiado com a textura rústica das migas, que são feitas a partir de pão. A preparação resulta em uma refeição saborosa e reconfortante, ideal para aqueles que desejam experimentar um pouco da essência da gastronomia portuguesa. Os ingredientes principais incluem bacalhau, que pode ser previamente cozido e desfiado, e pão, geralmente do tipo alentejano, que é cortado em pedaços e umedecido. Além desses, é comum utilizar azeite, alho e coentros para realçar o sabor. Algumas variações podem incluir legumes, como pimentos e cebola, que adicionam frescor e cor ao prato. A preparação das migas de bacalhau envolve fritar o alho em azeite, adicionar o bacalhau e o pão, mexendo até que tudo esteja bem misturado e levemente dourado. O resultado é uma combinação deliciosa e aromática que revela a simplicidade e o sabor dos ingredientes. Essa receita é um verdadeiro convite a saborear a tradição e a cultura do Alentejo, trazendo à mesa uma experiência única. Como preparar migas de bacalhau à alentejana de forma tradicional? Para preparar migas de bacalhau à alentejana de forma tradicional, comece por dessalgar o bacalhau, deixando-o de molho em água por 24 horas, trocando a água várias vezes. Cozinhe o bacalhau em água fervente por cerca de 10 minutos, até que fique macio. Depois, retire as espinhas e desfaça-o em lascas. Em uma frigideira grande, aqueça azeite e adicione cebola picada e alho, refogando até que fiquem dourados. Em seguida, acrescente o bacalhau desfiado e misture bem.
Receita de Bacalhau Podre: Sabor e Tradição em Cada GarfadaEm outro recipiente, prepare as migas utilizando pão alentejano, que deve ser esmigalhado e umedecido com um pouco de água. Junte as migas ao refogado de bacalhau e misture até que tudo esteja bem incorporado. Para finalizar, adicione coentros picados e um toque de pimenta, se desejar. Sirva quente, acompanhado de azeitonas e um fio de azeite, trazendo à mesa a autêntica essência da culinária alentejana. Sabor Autêntico do Alentejo em Cada Garfada
O Alentejo é um tesouro gastronômico, onde cada prato revela a rica tradição e os sabores autênticos da região. Os ingredientes frescos e locais são a alma da culinária alentejana, desde os queijos cremosos até os vinhos encorpados, que harmonizam perfeitamente com a diversidade de pratos típicos. A cozinha, marcada pela simplicidade e pelo respeito à natureza, transforma cada refeição em uma celebração do que a terra pode oferecer. Ao saborear uma refeição alentejana, você é transportado para uma experiência sensorial única, onde o aroma da carne assada e o sabor intenso do pão caseiro se entrelaçam. Os pratos, muitas vezes preparados com receitas passadas de geração em geração, não apenas nutrem o corpo, mas também alimentam a alma, criando memórias que perduram. Descubra o Alentejo através de cada garfada e deixe-se envolver pela autenticidade e pela paixão que caracterizam esta rica herança culinária. Uma Viagem Gastronômica pela Tradição
A culinária é um dos pilares que sustentam a identidade de um povo, e a tradição gastronômica de cada região revela histórias, costumes e sabores únicos. Em cada prato, há uma herança cultural que remonta a gerações, onde ingredientes locais se misturam de forma harmoniosa. Essa viagem gastronômica pela tradição nos convida a explorar não apenas os sabores, mas também as raízes que os sustentam, transformando cada refeição em uma celebração da história. Ao percorrer mercados, feiras e pequenas cozinhas familiares, encontramos o verdadeiro espírito da gastronomia tradicional. Os cheiros e sabores autênticos nos transportam para épocas passadas, onde receitas passadas de mãe para filho preservam segredos e técnicas que fazem parte da cultura local. Cada mordida é uma oportunidade de vivenciar a essência de um lugar, como se estivéssemos sentados à mesa com nossos antepassados, compartilhando histórias e risadas.
Bacalhau à Brás Umido: Sabor e Tradição em Cada GarfadaEsta jornada não é apenas sobre o que comemos, mas também sobre quem somos. Os pratos tradicionais conectam as pessoas, criando laços que transcendem gerações. Ao saborear uma refeição típica, estamos não apenas alimentando nossos corpos, mas também nutrimo nossa alma com a rica tapeçaria de experiências que formam a base de nossa cultura. Assim, cada refeição se torna um convite para redescobrir e valorizar a tradição que nos une.
Bacalhau: A Alma da Cozinha Alentejana
O bacalhau é, sem dúvida, a alma da cozinha alentejana, simbolizando a rica herança cultural e gastronômica da região. Preparado de diversas formas, desde o tradicional bacalhau à brás até as saborosas migas de bacalhau, cada prato revela a criatividade e o cuidado dos chefs locais. Além de ser uma fonte de proteína, o bacalhau carrega consigo histórias de navegadores e pescadores, que trazem à mesa não apenas um alimento, mas uma conexão com o passado. Ao saborear estas iguarias, é possível sentir a essência do Alentejo, onde cada garfada reflete a paixão e a dedicação pela culinária. Descubra os Segredos deste Prato Icônico
A culinária é uma expressão rica da cultura e da tradição, e poucos pratos conseguem capturar essa essência como a famosa feijoada. Originária do Brasil, essa iguaria combina feijão preto, carnes variadas e temperos que revelam um sabor profundo e complexo. Cada família possui sua própria receita, transmitida de geração em geração, tornando a feijoada um símbolo de união e celebração nas mesas brasileiras. Ao saborear esse prato, você não está apenas degustando alimentos, mas também uma história repleta de influências e adaptações ao longo do tempo. Para preparar uma feijoada autêntica, é essencial escolher ingredientes de qualidade e respeitar o tempo de cozimento, permitindo que os sabores se misturem de maneira harmoniosa. Os acompanhamentos, como arroz branco, couve refogada e laranja, são fundamentais para equilibrar o prato e realçar suas características. Ao mergulhar na experiência de preparar e degustar a feijoada, você descobrirá não apenas os segredos de um prato icônico, mas também a alegria de compartilhar momentos especiais com amigos e familiares, celebrando a rica herança culinária do Brasil.
Bacalhau Desfiado na Frigideira: Receita Prática e Saborosa
As migas de bacalhau à alentejana são uma verdadeira celebração dos sabores tradicionais de Portugal, combinando a riqueza do bacalhau com a simplicidade das migas. Este prato não só encanta o paladar, mas também conta histórias de uma cultura rica e acolhedora. Ao saborear essa iguaria, cada garfada é um convite a explorar a autenticidade e a paixão que permeiam a gastronomia alentejana, tornando-a uma experiência memorável para todos os amantes da boa comida.
Receita de Migas de Bacalhau Alentejanas - horadabuxaAs migas são uma iguaria tradicional da região do Alentejo, com uma história rica e muito interessante. Existem as migas pobres que são a base de todas as migas (pão, gordura, alho e água) como é o caso das migas gatas e, as migas ricas, que são acompanhadas com uma proteína que pode ser carne, peixe ou mesmo tomate ou batatas.Era um prato típico de pastores e trabalhadores rurais, que hoje, utilizamos e degustamos em qualquer restaurante, sendo mesmo, a par da açorda de alho alentejano, um dos pratos principais como embaixador gastronômico do Alentejo.A receita de migas de bacalhau têm inúmeras variantes na região Alentejo, tanto nos seus ingredientes como na forma de as confeccionar. Dependendo da região, há quem coloque ovo e na sua confeção, coloque o pão de molho em água durante algum tempo para ser embebido.Seja como for, deixamos aqui uma das muitas receitas e formas de as confeccionar.
TEMPO DIFICULDADE DOSES CUSTO 00:30 Baixa 4 Baixo INGREDIENTES300 gr de bacalhau; 750 gr de pão alentejano do dia anterior; 1 Molho pequeno de poejos, ou hortelã ou coentros, conforme o gosto; 2 Dentes de alho;1 Folha de louro (para cozer o bacalhau);2 Dentes de alho (para cozer o bacalhau);2 Litros de água; Azeite q.b.; Sal se necessário. -pub- PREPARAÇÃOSe utilizar bacalhau seco demolhe de véspera.Em água a ferver com uma folha de louro e uns dentes de alhos, coza o bacalhau por 5 minutos (Se utilizar bacalhau demolhado, reveja de sal se necessário). Retire o bacalhau e deixe arrefecer. Depois de frio retire a pele e as espinhas e lasque a gosto, reserve a água da cozedura:Numa frigideira coloque azeite até tapan o fundo - Hoje utiliza-se azeite mas a receita original era utilizado banha de porco - a receita:Frite os dentes de alho laminados até dourarem e retire-os (só para aromatizar o azeite). Com o pão já fatiado, coloque as fatias no azeite e envolva ligeiramente. Regue com a água da cozedura do bacalhau até ensopar o pão:Em lume médio alto vá mexendo e envolvendo muito bem, adicionando água necessária, até criar uma pasta homogênea e não muito seca - As migas com menos água ficam mais soltas, com mais água criam uma massa que dá para "enrolar".Vá mexendo e batendo para esmigalhar o pão e envolver bem na gordura e na água. A meio da cozedura regue com um fio de azeite para ajudar a colar as migas, se utilizar banha de porco não é necessário:Migas de Bacalhau Alentejanas - horadabuxaAdicione as lascas de bacalhau assim que o pão estiver totalmente desfeito e com a textura de migas cruas, envolva:Com movimentos de saltar, vá virando as migas na frigideira (umas boas migas demoram 15 a 20 minutos a enrolar em lume médio) e vá adicionando água se necessário.Quando sentir que estão na consistência desejada, incorpore a erva aromática picada que optou por utilizar. Envolve:Regue com mais água, mais um fio de azeite se sentir que necessita de mais gordura, envolva bem:Finalmente, vá saltando na frigideira para "enrolar" em forma de bola, até ganharem a cor desejada e secarem a gosto. Receitas Relacionadas
Horadabuxa é site de divulgação de receitas culinárias da gastronomia alentejana e gastronomia Mediterrânica em geral. Somos uma equipa jovem, motivada e decidida. O Alentejo é a nossa "terra". A preservação da verdadeira gastronomia Mediterrânica e a divulgação do nosso Alentejo é o nosso objetivo. Investigar e divulgar: O nosso lema e Missão!-pub- A receita de migas de bacalhau à alentejana resulta em um prato delicioso, tradicional e muito fácil de ser preparado. O rendimento é de quatro porções generosas e tudo fica prontinho em apenas uma hora. Vamos ao passo a passo.Receita de Migas de Bacalhau à Alentejana.Ingredientes.Para a preparação da receita de migas de bacalhau à alentejana, você irá precisar de:500 gramas de bacalhau dessalgado;1 pão italiano cortado em fatias;4 dentes de alho picados;100 ml de azeite de oliva;2 fatias de toucinho;1 xícara de água fervente;Pimenta-do-reino a gosto;Sal a gosto;100 gramas de azeitonas pretas sem caroço;½ maço de coentro picado.Preparando a receita de migas de bacalhau à alentejana.Primeiro passo: Desfie o bacalhau em lascas pequenas e deixe reservado.Segundo passo: Coloque um pouco de água fria no pão italiano e deixe reservado.Terceiro passo: Coloque azeite de oliva para esquentar em uma panela de tamanho apropriado e frite as duas fatias de toucinho. Quando estiver pronto, desligue o fogo, retire o toucinho e deixe reservado.Quarto passo: Na mesma panela, coloque o alho picado. Esprema o pão e também adicione à panela. Vá mexendo até se desfazer.Quinto passo: Agora acrescente a água quente, tempere com pimenta-do-reino e sal e misture tudo muito bem.Sexto passo: A seguir, junte o bacalhau, mexa bem e deixe cozinhando por mais 5 minutos.Sétimo passo: Adicione as azeitonas pretas, polvilhe com coentro e a receita de migas de bacalhau está pontinha. Agora é só levar à mesa para servir logo em seguida.Mais receitas.Receita de migas de bacalhau à alentejana: dicas.É bom lembrar que o processo de dessalga do bacalhau é bastante demorado, portanto deve ser feito com a antecedência necessária. Para isso, coloque os pedaços em uma vasilha, jogue água por cima até cobrir e deixe na geladeira por vinte e quatro horas, trocando a água diversas vezes nesse período.