



## Caldeirada de frutos do mar com pirão



**Rendimento**

15 porções



**Tempo de preparo**

01:10

## Ingredientes

Nome do Ingrediente	Medida Caseira	Peso/Volume
Filé de pescada branca (com pele, cortada em 4 pedaços)	5 unidades	1 kg
Camarão médio (limpo)	1 xícara (chá)	200 g
Lula (limpa, cortada em anéis)	1 xícara (chá)	200 g
Suco de limão	4 colheres (sopa)	60 ml
Caldo SAZÓN® Profissional para Frutos do Mar	1 colher (sopa)	20 g
Azeite de Oliva Tipo Único TERRANO®	3 colheres (sopa)	45 ml
Cebola (picada)	2 unidades médias	300 g
Alho (picado)	6 dentes	18 g
Tomate (picado, sem pele e sem sementes)	4 unidades médias	600 g
Pimentão verde (em cubos)	1 unidade grande	200 g
Molho de tomate AJINOMOTO®	1 xícara (chá)	200 g
Água quente	4 xícaras e meia (chá)	900 ml
Azeite de dendê	2 colheres (sopa)	30 ml

Nome do Ingrediente	Medida Caseira	Peso/Volume
Leite de coco	1 xícara (chá)	200 ml
Mexilhão (fresco com concha limpo)	15 unidades	250 g
Cebolinha-verde (picada)	2 colheres (sopa)	10 g
Farinha de mandioca (torrada)	4 colheres (sopa)	40 g

## Modo de Preparo

---

- 1.** Em um bowl grande, coloque a pescada, a lula, o camarão, o suco de limão e metade do Caldo SAZÓN® Profissional. Misture, cubra com plástico-filme e deixe tomar gosto, na geladeira, por 30 minutos.
- 2.** Prepare a caldeirada: em uma panela grande, coloque o Azeite TERRANO® e leve ao fogo alto para aquecer. Junte a cebola e o alho, e refogue por 2 minutos, ou até a cebola murchar. Acrescente o tomate e o pimentão, e refogue por mais 2 minutos. Adicione o Molho de Tomate Ajinomoto®, o restante do Caldo SAZÓN® Profissional, previamente dissolvido na água, o azeite de dendê e a pescada temperada, e deixe cozinhar por 7 minutos, com a panela tampada. Junte o leite de coco, a lula, o camarão e o mexilhão, e deixe ferver, com a panela tampada, por mais 6 minutos.
- 3.** Desligue o fogo e, com o auxílio de uma concha, retire 2 xícaras (chá) do caldo, transfira para uma panela pequena e reserve. Finalize a caldeirada com a salsa e a cebolinha verde picadas, e reserve aquecida.
- 4.** Prepare o pirão: leve o caldo reservado ao fogo médio, acrescente a farinha de mandioca aos poucos, mexendo constantemente por 2 minutos, ou até engrossar. Retire do fogo, e sirva em seguida, como acompanhamento da caldeirada.