

Luísa Albuquerque

**Ingredientes** (5 pessoas)

Azeite - q.b.  
Vinho branco - 1 dl  
Perca do Nilo ou Garoupa - 5 postas  
Mexilhões - 15  
Cebolas - 2 médias  
Alho - 3 dentes, picados  
Pimento - 1, cortado aos quadrinhos  
Tomate - 3, maduros, de tamanho médio (em cubinhos)  
Batata - 3, cozidas, cortadas em rodela  
Coentros picados - 3 colheres de sopa

**Elaboração**

Na cataplana (ou num tacho de fundo largo) aquece-se o azeite, sem ferver, junta-se a cebola picada e deixa-se refogar sem deixar ganhar cor. Quando a cebola fica transparente, junta-se o alho e o tomate e deixa-se ferver em lume brando durante 20 min. Em seguida junta-se o pimento e refresca-se com vinho branco. Coloca-se a batata cozida e adiciona-se o peixe. Deixa-se cozer durante cerca de 34 min. DE seguida colocam-se os mexilhões e deixa-se cozer durante 1 min.

Notas:

Para preparar o peixe: lava e secar; um pouco de sal e umas gotas de limão. Deixar assim durante cerca de meia hora.

A cebola não tem de ser picada muito fina; o tomate, sem pele nem grainhas