

Arroz frito com ervilhas e pescada

Peixe —   15 min  4 pessoas

chef.continente.pt/receitas/arroz-frito-com-ervilhas-e-pescada



Ingredientes

1 ½ chávenas de arroz Thai Jasmine
Sal q.b.
1 c. café de gengibre fresco ralado
Azeite q.b.
2 dentes de alho
1 curgete
1 chávena de ervilhas cozidas
4 filetes de pescada
Pimenta-preta q.b.
1 c. chá de raspas de limão
Coentros q.b.

Confeção

1. Cozinhe o arroz segundo as instruções da embalagem, em água temperada com sal e o gengibre.
2. Numa frigideira com um fio de azeite, salteie os dentes de alho picados finamente.
3. Junte a curgete cortada em cubinhos e as ervilhas e envolva bem.
4. Acrescente o arroz cozido e deixe fritar por cerca de 5 minutos, mexendo sempre.
5. Grelhe a pescada temperada com um pouco de sal e pimenta-preta.
6. Sirva o arroz com a pescada grelhada e polvilhe tudo com raspas de limão e coentros picados.