



# Açorda de Cavala

## *Ingredientes*

6 cavalas (limpas)

1 pão caseiro (aprox. 500g)

1,5dl azeite

2 tomates maduros cortados em cubos  
(sem pele e sem sementes)

6 dentes de alho

1/2 malagueta vermelha

3 ovos inteiros

Pimenta q.b.

Salsa q.b.

## *Preparação*

Coza as cavalas em 2 litros de água a ferver com sal.

Deixe-as arrefecer numa travessa e arranje-as descartando a cabeça, a pele e as espinhas. Coe a água da cozedura e reserve-a.

Corte o pão em pedaços pequenos, com aproximadamente 2 cm.

Num tacho coloque o azeite, os dentes de alho, a malagueta vermelha, o tomate e deixe fritar. Junte o pão e frite-o. Regue com a água da cozedura das cavalas a ferver, até conseguir obter a consistência desejada.

Junte à açorda, a cavala, os ovos inteiros e envolva bem.

Retifique os temperos com sal e pimenta, salpique com salsa e sirva de imediato.