



Canja de Cavala

Ingredientes

4 cavalas (limpas)

1dl de molho de soja

1/2 Sumo de limão

1/2 cebola média picada

3 anchovas

1,5l de água

1/2 malagueta picada

80g de massa pevide

Sal q.b.

Pimenta q.b.

2 ovos cozidos picados

Salsa picada q.b.

Azeite q.b.

Preparação

Coloque ao lume uma panela com 1,5 lt de água a ferver. Deite as cavalas na panela por 3 minutos. Retire-as e descarte a cabeça, a pele e as espinhas. Coe a água e reserve-a.

Coloque os filetes da cavala a marinar com o molho de soja e o sumo de limão. Reserve.

Num tacho, refogue com azeite a cebola picada. Acrescente as anchovas e desfaça-as. Junte a malagueta e a cavala. Deixe cozinhar por 3 minutos.

Verta a água, espere que levante fervura e junte a massa de pevide. Tape o tacho e deixe cozinhar por 20 minutos. Retifique os temperos com sal e pimenta.

Sirva a canja polvilhada com salsa picada e o ovo cozido.