



Portugalilainen Cataplana

Aineet: 15 ml Oliiviöljyä
100g Paprikaa (vihreää ja keltaista)
50g Sipulia
70g Tomaattia
15g Chourizo-makkaraa
1g Piri-piriä (2 ml)
5g Kanafondia (15 ml)
1dl Rasvatonta maitoa)
50g Kalaa (esim. merikrottia)
50g Simpukoita
50g Katkarapuja
50g Kalmareita
50g Couscous-riisiä
100g Ranskalaisia perunoita
10g Persiljaa

Valmistus: 1) Leikkaa paprika ja sipuli
suikaleiksi. Kalttaa, kuori
ja kuutioi tomaatit.
2) Freesaa paprika ja sipuli
oliiviöljyssä.
3) Lisää tomaatti, makkara ja mausteet.
4) Hauduta puoli tuntia.
5) Lisää maito.
6) Tarkista maku.
7) Lisää kala, simpukat,
katkaravut ja kalmarit.
8) Hauduta kypsäksi.
9) Tarjoile.
Tarjollepano:
Tarjoa Cataplana-pallosta, couscous-riisin ja ranskanperunoiden kera.
Koristele hakatulla persiljalla.