



www.bacalhaudanoruega.com.br

Para saber mais, acesse o nosso site. Você sempre encontrará novidades, receitas, sustentabilidade e muita informação sobre o Bacalhau da Noruega.

Também poderá esclarecer suas dúvidas através do Fale Conosco.

www.facebook.com/BacalhauDaNoruega

Curta nossa página e fique por dentro das notícias do Bacalhau da Noruega.



Bacalhau
da Noruega

NORGE[®]

PRODUTOS DO MAR DA NORUEGA



Por que é importante que o Bacalhau seja da Noruega?

Norge é o autêntico bacalhau da Noruega.

Produzido onde as águas frias e cristalinas garantem a qualidade premium e o sabor único do peixe.

No Brasil, ele é comercializado desde 1843. O sabor e a qualidade únicos são os seus maiores diferenciais.

Por isso, não se esqueça: na hora de comprar bacalhau, lembre-se sempre de procurar o selo Norge.



Dessalgando o bacalhau.

Para poder usufruir do melhor sabor do bacalhau é importante comprar o bacalhau seco e salgado. Depois, em casa, o produto deve ser dessalgado. Cada 100g de bacalhau possui aproximadamente 160 calorias. É um alimento nutritivo, fonte de proteínas, cálcio, ferro, minerais e vitaminas do complexo B.

Não há substituto para o sabor real do bacalhau dessalgado em casa.

E como fazer para dessalgar o bacalhau em casa?

- Lavar em água corrente, retirando a camada grossa de sal.
- Mergulhar em bastante água fria, com algumas pedrinhas de gelo e dentro da geladeira.
- Usar a proporção de 2/3 de água para 1/3 de bacalhau.
- Manter o bacalhau na geladeira durante todo o período de dessalga.
- Cozinhar em fogo brando. O bacalhau não pode ser fervido.

Tempo de dessalgue:

O tempo de dessalgue depende da altura das postas, seguindo a indicação:

Bacalhau desfiado: 6 horas (trocar a água de 3 em 3 horas)

Postas normais: 24 horas (trocar a água de 6 em 6 horas)

Postas grossas: 40 horas (trocar a água de 8 em 8 horas)

Postas muito grossas: 48 horas (trocar a água de 8 em 8 horas)

Lombos muito grossos: 72 horas (trocar a água de 8 em 8 horas)

Dicas e sugestões.

Armazenamento em casa:

- Ao comprar o bacalhau na bandeja, retirar o filme plástico. Faça o mesmo no caso de comprar no saquinho. Coloque em vasilhame bem limpo, seco e com tampa.
- O bacalhau salgado e seco deve ser mantido em refrigerador por, no máximo, três dias (nunca manter em temperatura ambiente, em armários, prateleiras, etc).
- Depois de dessalgado, o bacalhau deve ser armazenado no freezer por até 8 meses (observar a data de validade).
- Pincelar com azeite para evitar o ressecamento.
- Lembre-se: nunca congele o bacalhau ainda salgado.

Como preparar o bacalhau:

- Todas as receitas consideram o bacalhau após dessalgar, limpo e reidratado antes do preparo.
 - É mais fácil retirar a pele antes de dessalgar e hidratar.
 - Não deve ser fervido, cozinhar em fogo brando para que não resseque nem tenha seu paladar alterado.
 - 1kg de bacalhau serve de 6 a 8 pessoas.

Tipos de bacalhau.

Os 4 tipos de bacalhau que vivem no mar da Noruega e são exportados para o Brasil são: Gadus morhua, Saithe, Zarbo e Ling. Estes tipos de bacalhau possuem diferentes características que podem ser melhor aproveitadas de acordo com a receita.



Bacalhau
(Gadus morhua)



Saithe Tipo Bacalhau
(Pollachius virens)



Ling Tipo Bacalhau
(Molva molva)



Zarbo Tipo Bacalhau
(Brosmius brosme)

Bacalhau

(Gadus morhua)



O autêntico Bacalhau.

Características: Postas altas e claras. Desfaz-se em camadas claras e tenras quando cozido. Sabor inconfundível e sublime.

Pratos sugeridos: Ideal para pratos onde o bacalhau é servido em postas, lombo ou pedaços. Preparações onde o bacalhau é o prato principal.

Coloração: Palha e uniforme.

Cauda: Triângulo, com coloração cinza e uniforme.

Cozido de Bacalhau da Noruega com feijão branco e banana da terra

Ingredientes:

600g de bacalhau Gadus morhua, após dessalgar
250g de feijão branco
200g de bacon em cubinhos
200g de linguiça calabresa
100ml de azeite para o bacalhau
50ml de azeite para o tempero do feijão
60g de cebola picada
50g de alho picado

2 bananas da terra cortadas em pedaços de 3cm aproximadamente
2 folhas de louro
30g de salsa e coentro picados
15g de cominho
70ml de água
Sal e pimenta-do-reino a gosto

Modo de preparo:

Deixe o feijão de molho por duas horas. Cozinhe-o com água e sal até que esteja al dente. Cozinhe as bananas al dente em água e sal e reserve. Leve os pedaços de bacalhau, em um refratário, ao forno preaquecido a 180°C, com o azeite e as bananas já cozidas. Para essa operação, mantenha o refratário coberto com papel-alumínio. Reserve. Aqueça o restante do azeite, doure a cebola e o alho, acrescente o bacon, o louro, a linguiça, o cominho e a pimenta-do-reino. Deite no fundo da panela, em meio aos demais ingredientes, as postas de bacalhau e a banana. Acrescente a água e deixe cozinhar por cerca de sete minutos. Retire o bacalhau e as bananas e reserve mais uma vez. Acrescente o feijão cozido e deixe apurar por mais cinco minutos. Verifique o sal. Em uma tigela, coloque, no fundo, as bananas; depois, o feijão temperado e, por último, as postas de bacalhau. Sirva com arroz branco.

Grau de dificuldade: Médio

Tempo de preparo: 60 minutos

Rendimento: 6 porções



Bacalhau da Noruega Pantaneiro

Ingredientes:

1kg de bacalhau Gadus morhua em postas, após dessalgar
100ml de azeite para besuntar o bacalhau
2 mangas Tommy
2 bananas da terra em cubinhos
200g de farinha de mandioca
100g manteiga com sal
Óleo para fritar as bananas
100ml de azeite
1 litro de leite de coco
500g de aipim

60g de manteiga para dourar o aipim
2 colheres de coentro para decorar o aipim
1g de cebola picada
100g tomate
100g de pimentões verde, vermelho e amarelo, picados
50g de alho picado
1 xícara de ervas frescas (salsa, coentro, chicória)
4 folhas de taioba
Sal e pimenta-do-reino a gosto

Modo de preparo:

Besuntar o bacalhau no azeite. Reservar. Cortar as folhas de taioba em Juliana (tiras finas). Fritar os cubinhos de banana em óleo. Derreter a manteiga, torrar a farinha, acrescentar as bananas fritas. Acertar o sal. Derreter a manteiga destinada ao aipim e passá-lo, já cortado, em bastões para dourar. No final, acrescentar o coentro. Aquecer o azeite, dourar a cebola, o alho, os pimentões, a taioba e o tomate. Acrescentar a manga cortada em cubos e deixá-la ser envolvida no azeite e nos temperos. Adicionar o bacalhau. Deixar cozinhar por sete minutos. Acrescentar o leite de coco e deixar reduzir por mais cinco minutos, mexendo sempre para não grudar no fundo da panela. Adicionar as ervas frescas e apagar o fogo, deixando a panela tampada por três minutos. Servir com o aipim dourado e com a farofa de banana.

Grau de dificuldade: Fácil
Tempo de preparo: 60 minutos
Rendimento: 4 porções

Saithe Tipo Bacalhau (Pollachius virens)



Características: Sua carne desfia com facilidade quando cozido. Tem o sabor acentuado.

Pratos sugeridos: Ideal para bolinhos, saladas, caldos, pirões e recheios.

Coloração: Carne entre o palha e o amarelado. A carne amarelada do Saithe é característica da espécie quando curada e salgada.

Cauda: Em forma de V. Possui escamas.



Escondidinho de Bacalhau da Noruega

Ingredientes:

600g de Saithe tipo bacalhau desfiado, após dessalgar	1/2 xícara (chá) de extrato de tomate
2 cebolas medias picadas	1 molho de salsa picada
4 dentes de alho	200g de farinha de rosca
4 colheres (sopa) de azeite de oliva	200g de queijo meia-cura ralado
Sal a gosto	

Ingredientes do purê:

1/2 kg de mandioca	600ml de leite
2 colheres (sopa) de manteiga	Sal a gosto
250ml de leite de coco	

Modo de preparo:

Purê: Espremer a mandioca já cozida. Voltar ao fogo misturando com a manteiga, o leite de coco, o leite e o sal. Reservar.

Bacalhau: Dourar a cebola e o alho no azeite e refogar o bacalhau. Misturar o extrato de tomate e a salsa. Refogar por 10 minutos em fogo baixo. Para montar o prato deve-se untar um refratário com manteiga e cobrir com a metade do purê. Recheiar com o bacalhau e espalhar por cima o restante do purê. Cobrir com uma mistura da farinha de rosca com o queijo ralado. Levar ao forno médio para gratinar por 30 minutos ou até dourar.

Grau de dificuldade: Fácil

Tempo de preparo: 60 minutos

Rendimento: 8 porções



Bolinho de Bacalhau da Noruega

Ingredientes:

300g de Saithe tipo bacalhau desfiado, após dessalgar
1kg de batata inglesa
2 claras
Óleo vegetal, para fritura,
1 ramo de salsa
Pimenta-do-reino moída na hora
Azeite de oliva extravirgem

Modo de preparo:

Desfiar o bacalhau com um pano de algodão ou com as mãos. Cozinhar as batatas, amassá-las e misturar ao bacalhau, de preferência com as mãos. Acrescentar a salsa picada, a pimenta, as duas claras batidas em neve e misturar. Untar as mãos com azeite e enrolar os bolinhos. Fritar em óleo abundante e bem quente.

Grau de dificuldade: Fácil

Tempo de preparo: 40 minutos

Rendimento: 40 unidades

Ling Tipo Bacalhau

(Molva molva)



Características: Carne firme, não desfia com facilidade. É o peixe mais estreito e comprido entre os tipos de bacalhau.

Pratos sugeridos: Ideal para churrascos, grelhados, assados. Pode ser desfiado.

Coloração: Carne clara, próximo ao branco.

Cauda: Arredondada e pequena.



Bacalhau da Noruega na grelha

Ingredientes:

800g de Ling tipo bacalhau, após dessalgar
4 fatias de toucinho
20 cebolas pequenas (cozidas)
100g azeitonas pretas (de conserva)
100g azeitonas verdes (de conserva)
Quantidade necessária de azeite

Modo de preparo:

Marinada de lima para o bacalhau:

3 limas (sumo)
Quantidade necessária de azeite
2 xícaras (chá) de gengibre fresco (ralado)
2 xícaras (chá) de malagueta vermelha (picada)
1 xícara (chá) de pimenta moída na altura

Preparação:

Misture os ingredientes para a marinada e deite os pedaços de bacalhau na mesma por 30 minutos, virando-o. Volte a untar com a marinada antes de começar a grelhar. Espetada com bacalhau e toucinho. Pegue numa fatia de toucinho e enrole nela um pedaço de bacalhau. Segure com um palito. Enfie os pedaços de bacalhau nos espetos e grelhe-os. Unte os pedaços de bacalhau mais largos com azeite ou manteiga derretida e coloque diretamente na grelha. Sirva numa travessa e decore com as cebolas cozidas, azeitonas verdes e pretas.

Grau de dificuldade: Fácil

Tempo de preparo: 40 minutos

Rendimento: 4 porções

Zarbo Tipo Bacalhau

(Brosmius brosme)



Características: Carne firme, não desmancha com facilidade.
O menor entre os peixes tipo bacalhau.

Pratos sugeridos: Ideal para caldos, pirões e bolinhos.
Pode ser desfiado.

Coloração: Carne palha.
Pele levemente acastanhada.

Cauda: Cauda e barbatanas arredondadas.



Salada de Bacalhau da Noruega

Ingredientes:

500g de Zarbo tipo bacalhau desfiado, após dessalgar
6 batatas inglesas médias
12 ovos de codorna
1 xícara (chá) de azeite de oliva
4 colheres (sopa) de vinagre de vinho
Sal e pimenta a gosto
1 colher (sopa) de mostarda
10 azeitonas pretas para decorar
1 pé de alface
2 tomates cortados em gomos
1 pimentão verde cortado em tiras
Salsa picada a gosto

Modo de preparo:

Cozinhar o bacalhau no vapor até ficar bem macio.
Desfiar e misturar com as batatas previamente cozidas e cortadas em cubos pequenos.

Molho:

Deve ser preparado com antecedência. Cozinhar os ovos e retirar as gemas de quatro ovos. Amassar com o garfo e passar na peneira fina. Misturar com o azeite, o vinagre, a mostarda, a salsa, sal e pimenta. Enfeitar com a alface, os tomates, o pimentão, o restante dos ovos e as azeitonas.

Grau de dificuldade: Fácil

Tempo de preparo: 50 minutos

Rendimento: 6 a 8 porções