

Bacalhau à Braga : Recette Traditionnelle Portugaise

Présentation du plat

- Le Bacalhau à Braga est un classique de la gastronomie portugaise originaire de la région du Minho.
- Ce plat se distingue par ses morceaux de morue frits, accompagnés de pommes de terre dorées et d'une généreuse garniture d'oignons caramélisés.
- Temps de préparation : 20 minutes
- Temps de cuisson : 30 minutes
- Portions : 4 personnes

Ingrédients nécessaires

- 4 pavés de morue dessalée (environ 200g chacun)
- 800g de pommes de terre à chair ferme
- 3 gros oignons émincés en demi-lunes
- 2 gousses d'ail hachées finement
- 200ml d'huile d'olive extra vierge
- 100g d'olives noires dénoyautées
- Farine de blé (pour fariner la morue)
- Persil frais ciselé
- Sel et poivre noir du moulin

Étapes de préparation

- Épluchez les pommes de terre, coupez-les en rondelles d'environ 0,5 cm d'épaisseur et faites-les frire dans une partie de l'huile d'olive jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Égouttez-les sur du papier absorbant.
- Séchez soigneusement les pavés de morue, passez-les légèrement dans la farine et faites-les frire dans la même huile jusqu'à obtenir une croûte dorée et croustillante.
- Dans une poêle séparée, faites revenir les oignons et l'ail dans un filet d'huile d'olive jusqu'à ce qu'ils deviennent fondants et légèrement caramélisés.
- Dans un plat allant au four, disposez les rondelles de pommes de terre au fond, placez les pavés de morue par-dessus, puis recouvrez généreusement avec la préparation d'oignons.
- Répartissez les olives noires sur le dessus du plat.
- Enfourez à 180°C pendant 10 à 15 minutes pour permettre aux saveurs de se mélanger sans dessécher le poisson.

- Saupoudrez de persil frais juste avant de servir.

Conseils du chef

- Pour une morue parfaite, assurez-vous qu'elle soit bien dessalée 24h à l'avance en changeant l'eau régulièrement.
- Ne surchargez pas la poêle lors de la friture pour maintenir une température d'huile constante.
- Servez ce plat accompagné d'un vin blanc portugais sec et frais pour équilibrer la richesse de l'huile d'olive.