

MIGAS DE BACALHAU

STOCKFISCH- »KRÜMEL«

*Für 2 Portionen als Petisco
(Die doppelte Menge für 2 Portionen als Hauptgericht)*

Migas werden aus Weizen- oder Maisbrot vom Vortag, Knoblauch und Öl gemacht und sind in Portugal und Spanien sehr verbreitet. Diese Variante enthält außerdem Stockfisch und Sahne, was das Gericht noch reichhaltiger und köstlicher macht. Wer diese *Migas* als Hauptgericht zubereiten möchte, kann noch gekochte Pinto-Bohnen mit in die heiße Pfanne geben. Auch etwas untergerührte geröstete rote Paprikapaste (s. S. 169) passt sehr gut.

100 g Stockfisch	1 große Knoblauchzehe, zerdrückt
Olivenöl	3 EL Sahne
50 g Maisbrot vom Vortag	2 EL fein gehackte Petersilie
(fertig gekauft oder nach Rezept s. S. 73), Kruste entfernt, in Würfel geschnitten	1 EL fein gehacktes Koriandergrün
	Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Am Tag vor der Zubereitung mit dem Entsalzen des Stockfischs beginnen.
Zum Vorgehen s. S. 31/32.

Den küchenfertigen Fisch in einem Topf mit Wasser bedecken und aufkochen lassen, dann die Temperatur reduzieren und 15 Minuten simmern lassen. Aus dem Wasser nehmen und etwas abkühlen lassen. Dann Haut, Gräten und eventuell Flossenreste entfernen und das Fleisch in kleine Stücke zupfen.

Eine große Bratpfanne erhitzen. 1 Schuss Olivenöl hineingeben, dann Brot, Knoblauch und Stockfisch zufügen. 200 ml kochend heißes Wasser und die Sahne zugeben und unter Rühren 2–4 Minuten köcheln lassen, bis sich die Brotwürfel aufzulösen beginnen.

Den Grill vorheizen. Die Kräuter in die Pfanne geben und unterrühren, alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

In einer ofenfesten Form oder der Pfanne (falls ofenfest) aus der Migas-Masse ein etwa 15 cm langes Oval formen. Unter den Grill schieben und ca. 5 Minuten goldbraun werden lassen. Sofort servieren.