Calulu de poisson

ou ragoût de poisson angolais

Pays : Angola

Ingrédients :

1 mérou (filets)
2 tomates pelées
1 oignon
4 gousses d'ail
1 aubergine coupée en dés
Huile
Citron

Recette :

Mélangez l'ail haché avec le jus de citron, les tomates pelées, l'oignon, l'aubergine, l'huile, et ajoutez ensuite les filets de mérou. Faites cuire le tout pendant 20 minutes. C'est très simple !
Mangez ensuite avec du manioc, de la polenta, du riz ou des légumes de votre choix.
Nous mangeons ce plat tout au long de l'année, mais surtout le weekend. C'est un plat familial !

Vous pouvez utiliser tout autre poisson, de saison, et qui se trouvera sur l'étalage de votre poissonnier.