

Como escolher o bom bacalhau

O bacalhau não é todo igual, certamente algo que já é do seu conhecimento.

Mas como saber escolher o melhor?

A regra mais importante na hora de comprar o “fiel amigo” é a secagem! Seja qual for a sua receita, o segredo é: bacalhau bem seco. A secagem faz parte integrante do processo de cura do bacalhau, esta consiste na disposição do peixe em tabuleiros sendo em seguida encaminhados para o túnel de secagem. É na secagem que se estabelece a excelência do bacalhau. A uma temperatura máxima de 22º C, controlada de forma contínua, o bacalhau permanece por um período a variar entre as 36 e 120 horas dependendo da especificidade do mesmo. Este procedimento poderá ser repetido, caso se verifique que o bacalhau não está corretamente seco, podendo ainda ser intercalada por períodos de secagem e repouso, dependendo do tipo de cura a efetuar.

A secagem é crucial para estabilizar os níveis de humidade no peixe, e manter a integridade do mesmo de acordo com os parâmetros que a lei estabelece.

O Gadus morhua é o bacalhau genuíno, algumas espécies da mesma família podem induzir o consumidor em erro, sendo consideradas peixe tipo bacalhau. Um corte direito do rabo e três barbatanas no dorso estabelecem a diferença entre o bacalhau genuíno e os seus substitutos, como é o caso do escamudo.

No ato da compra confira sempre a origem do pescado. Bacalhau de origem certificada garante a máxima qualidade. A Lugrade recomenda bacalhau proveniente da Islândia, onde são mantidos parâmetros de qualidade desde a captura até a expedição, através de sistemas de certificação de qualidade, nomeadamente o IRF

(Iceland Responsible Fisheries) que estabelece o elemento crucial para a qualidade e frescura do bacalhau.

Depois há que verificar se o bacalhau está realmente seco. Um dos testes mais usados e que se tem mostrado eficaz, é segurar o peixe pela cauda e verificar se o mesmo dobra na zona do lombo, caso se verifique, o bacalhau não está bem seco.

Outra característica fundamental na hora de escolher o melhor bacalhau, é a cor. Um bacalhau com uma cor demasiado branca não significa que estamos perante um bacalhau de qualidade, pelo contrário, o bacalhau deve apresentar-se com uma coloração amarelo “palha”. Tenha igualmente em atenção as zonas que apresentam uma cor preta ou avermelhada, devendo evitar a compra nestes casos.

Uma questão que por vezes causa alguma dúvida é a escolha entre o bacalhau demolido ultracongelado ou salgado seco. Tudo tem a ver com o tempo disponível para a confeção da receita, caso não disponha de tempo para proceder à demolha do bacalhau, opte por comprar demolido ultracongelado. No entanto, é importante referir que o bacalhau salgado seco, após demolha, ganha aproximadamente 30% em volume, fazendo render mais na hora de o cozinhar, e por sua vez, o custo por kilo é mais barato. O bacalhau já demolido ultracongelado possui menos sabor, dado que já submetido a um processo de demolha e ultracongelação que retiram o sabor característico, ao invés do salgado seco, este mantém o sabor desde o fim da cura até ao seu prato.