

Como dessalgar bacalhau e garantir sabor e textura perfeitos

Category: GERAL, OUTRAS NOTÍCIAS

escrito por Ayumi Yohanna Miyamoto | 31 de março de 2026



Aprenda a dessalgar o bacalhau corretamente: passo a passo, métodos rápidos e cuidados para manter sabor, textura e reduzir o cheiro forte do peixe em suas receitas tradicionais | Reprodução/Freepik

Às vezes, lidar com bacalhau parece um rito silencioso. Entre postas mergulhadas em água fria e trocas de recipiente, o peixe aos poucos se transforma, prometendo mesas fartas de Páscoa, Natal ou Sexta-Feira Santa. A paciência é ingrediente fundamental, e cada detalhe no preparo garante que o sabor e a textura permaneçam intactos.

O SEGREDO DA DESSALGA TRADICIONAL

Para manter o bacalhau saboroso e com textura firme, o método tradicional é o mais indicado. Primeiro, lave o peixe em água corrente fria para retirar o excesso de sal da superfície. Em seguida, coloque-o em uma vasilha grande, com a pele voltada para cima, e cubra totalmente com água fria.

Cubra o recipiente ou tampe e mantenha na geladeira, trocando a água a cada 4 a 6 horas. Durante todo o processo, mantenha o peixe refrigerado. Para verificar se está pronto, experimente uma pequena lasca: o equilíbrio entre sal e sabor indica que a

dessalga foi bem-sucedida.

QUANTO TEMPO DEIXAR O BACALHAU DE MOLHO

O tempo de dessalga varia conforme a espessura do peixe:

- Bacalhau desfiado: cerca de 6 horas
- Postas médias: aproximadamente 24 horas
- Postas grossas: até 48 horas

Peças desfiadas ou em lascas dessalgam mais rápido, devido à maior superfície em contato com a água. Sempre mantenha o peixe na geladeira para evitar riscos à segurança alimentar.

MÉTODOS PARA ACELERAR A DESSALGA

Se o tempo for curto, existem alternativas que ajudam a reduzir o sal sem comprometer o sabor:

- Água quente: após lavar o peixe, leve-o em panela ao fogo até ferver. Cozinhe por 5 a 10 minutos, escorra e lave em água fria. Indicado para postas menores ou bacalhau desfiado.
- Leite: mergulhe o peixe em leite suficiente para cobrir e aqueça levemente, sem ferver. Ideal quando o bacalhau já está quase dessalgado.
- Água com vinagre: deixe o peixe de molho em água com algumas gotas de vinagre por 10 a 15 minutos. Ajuda a suavizar o sal e reduzir odores, mas não substitui a dessalga tradicional.

DICAS PARA PREPARAR E CONGELAR

Depois de dessalgar e cozinhar, espere o bacalhau amornar antes de separar as lascas. A pele e as espinhas se soltam mais facilmente nesse momento.

Para congelar, seque bem o peixe, divida em porções e armazene em sacos ou potes próprios, retirando o máximo de ar possível.

Assim, o bacalhau mantém qualidade por até três meses. Ao usar, descongele lentamente na geladeira antes de preparar a receita.

ESCOLHENDO O BACALHAU IDEAL

Um bom bacalhau deve apresentar:

- Cheiro suave, sem odor forte
- Carne firme e consistente
- Cor clara e uniforme, pouco amarelada
- Poucas manchas escuras

No Brasil, diferentes espécies podem ser vendidas como bacalhau:

- Gadus morhua: o bacalhau verdadeiro, com carne macia e lascas grandes
- Ling (Molva molva): carne clara e macia, usada em receitas tradicionais
- Zarbo (Brosme brosme): textura firme e formato menor
- Saithe (Pollachius virens): sabor mais intenso, ideal para bolinhos e ensopados

Alternativas mais acessíveis incluem Polaca do Alasca e Merluza, usadas principalmente em receitas desfiadas ou simples.

PELE E PREPARO

Não é obrigatório remover a pele antes do cozimento. Ela ajuda a manter a firmeza das postas e se solta facilmente após o cozimento. Em preparos desfiados, como bolinhos, tortas ou saladas, a pele deve ser removida antes de separar as lascas.

REDUZINDO O CHEIRO FORTE DO BACALHAU

O odor do peixe é comum durante a dessalga e preparo, mas algumas medidas ajudam:

- Na geladeira: mantenha o bacalhau coberto e troque a água regularmente
- Durante o cozimento: adicione leite ou algumas gotas de limão à água
- Após o preparo: descarte a água usada, lave bem utensílios e ventile o ambiente

Dessalgar o bacalhau corretamente garante pratos equilibrados e saborosos, mantendo textura delicada e valorizando receitas tradicionais. Com atenção a cada detalhe, desde a escolha do peixe até o armazenamento, é possível transformar o preparo em um ritual de paciência recompensada, perfeito para ocasiões especiais.

Fonte: DoI e Publicado Por: Jornal Folha do Progresso
31/03/2026/07:54:13

O formato de distribuição de notícias do [Jornal Folha do Progresso](#) pelo celular mudou. A partir de agora, as notícias chegarão diretamente pelo formato Comunidades, ou pelo canal uma das inovações lançadas pelo WhatsApp. Não é preciso ser assinante para receber o serviço. Assim, o internauta pode ter, na palma da mão, matérias verificadas e com credibilidade. Para passar a [receber as notícias](#) do Jornal Folha do Progresso, clique nos links abaixo siga nossas redes sociais:c

- [Clique aqui e nos siga no X](#)
- [Clica aqui e siga nosso Instagram](#)
- [Clique aqui e siga nossa página no Facebook](#)
- [Clique aqui e acesse o nosso canal no WhatsApp](#)
- [Clique aqui e acesse a comunidade do Jornal Folha do Progresso](#)

Apenas os administradores do grupo poderão mandar mensagens e saber quem são os integrantes da comunidade. Dessa forma,

evitamos qualquer tipo de interação indevida. Sugestão de pauta enviar no e-mail: folhadoprogresso.jornal@gmail.com.

Envie vídeos, fotos e sugestões de pauta para a redação do JFP (JORNAL FOLHA DO PROGRESSO) Telefones: WhatsApp [\(93\) 98404 6835](tel:+5513984046835)– (93) 98117 7649.

“Informação publicada é informação pública. Porém, para chegar até você, um grupo de pessoas trabalhou para isso. Seja ético. Copiou? Informe a fonte.”

*Publicado por Jornal Folha do Progresso, Fone para contato 93 981177649 (Tim) WhatsApp: [-93- 984046835](tel:+5513984046835) (Claro)
- Site: www.folhadoprogresso.com.br e-mail: folhadoprogresso.jornal@gmail.com/ou e-mail: adeciopiran.blog@gmail.com*

[0 papel da publicidade online no crescimento dos negócios digitais](#)