



Bacalhau com Molho de Maracujá e Espinafres aos Frutos Secos



Dificuldade
Fácil



Tempo
Menos de
15 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. de Supremas de Bacalhau Pescanova
- Sal e pimenta preta q.b.
- Azeite e manteiga q.b.
- 2 dentes de alho
- 200 g de folhas de espinafres
- 2 c. de sopa de miolo de amêndoa
- 5 alperces secos
- 4 maracujás
- 1 c. de sopa de xarope de agave
- 1 c. de sopa de brandy ou aguardente velha

Preparação

1. Descongelar as supremas de bacalhau, passar por água fria corrente, secar bem com papel absorvente, temperar de sal e saltear em azeite e 1 dente de alho picado por 10 min. aprox., virando a meio do tempo.
2. Amolecer em azeite 1 dente de alho picado, acrescentar os espinafres, temperar de sal e pimenta preta e saltear até à consistência desejada (mais ou menos al dente). Acrescentar as amêndoas e os alperces picados grosseiramente e envolver.
3. Para o molho, colocar na frigideira a polpa dos maracujás, o xarope de agave e uma pitada de sal, cozinhar, mexendo, 2 a 3 min. Juntar o brandy e deixar ferver 1 min. Adicionar 1 c. de sopa de manteiga, mexer e cozinhar, em lume brando, mais 2 a 3 min.
4. Servir as supremas de bacalhau com os espinafres com frutos secos e o molho de maracujá.

Produtos Associados



Supremas de Bacalhau

400 g