



Bacalhau Gratinado com Miolo de Camarão no Forno



Ingredientes

- 2 emb. de Postas de Bacalhau Pescanova
- 200 g de Miolo de Camarão 80/100 Pescanova
- 1 folha de louro
- 150 ml de azeite
- 2 cebolas e 4 dentes de alho
- 3 cenouras
- 125 g de alho-francês
- 1 ramo de salsa picada
- 300 g de batata-palha frita
- 500 ml de molho béchamel
- Sal e pimenta-preta q.b.
- 70 g de queijo mozzarella ralado



Dificuldade

Fácil



Tempo

Entre 15-
30 min

Nº de pessoas

4 Pessoas

Preparação

1. Cozer o bacalhau. Depois de cozido, limpá-lo de peles e espinhas. Reservar. Cozer o miolo de camarão. Escorrer e reservar.
2. Levar ao lume o azeite com a cebola cortada em meias luas finas, os dentes de alho, o alho-francês cortado finamente, e a folha de louro. Deixar refogar até a cebola estar macia, mas sem deixar ganhar cor.
3. Adicionar as cenouras raladas. Temperar com sal e pimenta a gosto. Deixar cozinhar um pouco.
4. Fora do lume, adicionar o bacalhau desfiado, o miolo de camarão, a batata-palha, a salsa e metade do molho béchamel. Mexer.
5. Colocar o preparado numa travessa de forno, previamente untada com manteiga. Por cima, dispor o restante molho béchamel.
6. Polvilhar com o queijo ralado.
7. Levar ao forno pré-aquecido a 200°C durante aprox. 30 minutos.

Receita da autoria de Isabel Zibaia Rafael.

Produtos Associados



Postas de Bacalhau

700 g



Miolo de Camarão 80/100

350 g