



Bacalhau Grelhado com Ceviche de Abacate e Papaia by Nuno Markl



Dificuldade
Fácil



Tempo
Menos de
15 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. de Postas de Bacalhau PESCANOVA
- Azeite q.b.
- 1 papaia
- 2 abacates
- 1/4 de cebola roxa
- 1 lima
- 1 colher de sopa de leite de coco
- Coentros frescos q.b.
- 1 malagueta vermelha fresca grande
- Flor de sal q.b.

Preparação

1. Descongelar as Postas de Bacalhau Pescanova, passar por água fria corrente, secar com uma folha de papel absorvente e untar generosamente com azeite. A seguir, aquecer bem uma frigideira-grelha ou uma chapa antiaderente e grelhar as postas por 10 a 14 min. aprox. (dependendo da altura das mesmas), virando a meio.
2. Enquanto isso, para o ceviche: cortar a papaia e os abacates aos cubinhos e a cebola roxa em meias-luas finas e temperar com o sumo da lima, o leite de coco, os coentros frescos picados, a malagueta cortada em rodela finas e uma pitada de flor de sal. Envolver.
3. Servir o Bacalhau com o ceviche de fruta.

Produtos Associados



**Postas de
Bacalhau**

700 g