



Bacalhau no Forno à Pescanova (Vídeo)



Ingredientes

- 1 emb. de Lombos de Bacalhau Pescanova
- 1 emb. de Brócolos Pescanova
- 6 dl de leite
- 5 dl de azeite
- 2 cebolas e 4 dentes de alho
- pão ralado q.b.
- sal, pimenta e noz-moscada q.b.
- Salsa
- Batatas pequenas brancas
- Sal grosso marinho e fino



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 30-
60 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Preparação

1. Descongele o Bacalhau Pescanova em leite, temperado com noz-moscada.
2. Num pirex, coloque as batatas, tempere com sal e leve ao forno a 220° durante 40 min.
3. Corte cebolas às rodelas e os alhos em lascas, coloque numa frigideira e leve ao lume a alourar.
4. Retire o bacalhau do leite e seque-o com papel absorvente.
5. Verta, para um tabuleiro de ir ao forno, o azeite com as cebolas e os alhos, adicione os lombos de bacalhau, tempere-os com pimenta e coloque o pão-ralado. Leve ao forno a 220° durante 25 minutos.
6. Em água a ferver coza durante 5 min. os Brócolos Pescanova. Depois, retire as batatas do forno e esmague-as.
7. Polvilhe o bacalhau, as batatas e os brócolos com salsa e sirva.

Produtos Associados



Brócolos

400 g