



Bacalhau no Forno com Grelos, Batata-Doce e Maçã



Ingredientes

- 1 emb. de Lombos de Bacalhau PESCANOVA
- Azeite q.b.
- 1 batata-doce grande
- 2 maçãs
- 300 g de grelos
- 1 dente de alho
- Sal q.b.



Dificuldade

Fácil



Tempo

Entre 15-30 min



Nº de pessoas

4 Pessoas

Preparação

1. Descongelar os Lombos de Bacalhau, passar por água fria corrente, secar bem com papel absorvente e colocar numa assadeira com o fundo com azeite, regar com azeite e levar ao forno pré-aquecido a 180° C por 20 min. aprox. (dependendo do forno e da altura dos Lombos de Bacalhau).
2. Descascar e cortar a batata-doce e as maçãs em cubinhos, colocar em papelotes de alumínio, regar com um fio de azeite, fechar e levar a assar ao mesmo tempo que o bacalhau.
3. Entretanto, saltear os grelos em azeite e alho picado, temperando de sal.
4. Esmagar grosseiramente a batata-doce e as maçãs assadas, juntar aos grelos e envolver bem, acrescentando um fio de azeite se necessário.
5. Servir os Lombos de Bacalhau assados com a esmagada de grelos, batata-doce e maçã.

Produtos Associados



Preparado Arroz de Bacalhau

700 g



Lombos de Bacalhau

550 g



Lombos de Bacalhau

400 g



Bacalhau Desfiado

850 g



Supremas de Bacalhau

400 g



Lombos de Bacalhau do Atlântico Hig.

1 kg