



## Bruschetta de Bacalhau aos Orégãos



### Ingredientes

- 200 g de Bacalhau Desfiado PESCANOVA
- 1 dente de alho
- 4 fatias de pão
- 2 tomates maduros
- 8 azeitonas pretas
- Sal e pimenta preta q.b.
- Azeite q.b.
- Orégãos q.b.



Dificuldade  
Fácil



Tempo  
Menos de  
15 min



Nº de pessoas  
4 Pessoas

### Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
312 Kcal	40 g	14 g	10 g

### Preparação

1º Descongele o Bacalhau Desfiado Pescanova, passe por água fria corrente e escorra muito bem. Corte o dente de alho ao meio e esfregue cada fatia de pão com o mesmo.

2º Entretanto, pique muito bem o tomate (sem pele), misture as azeitonas picadas grosseiramente e tempere ligeiramente de sal. Distribua esta mistura pelas fatias de pão.

3º A seguir, disponha o Bacalhau Desfiado bem escorrido em cima do tomate com azeitonas, tempere com uma pitada de sal, pimenta preta moída na hora, um fio de azeite e orégãos e leve a forno pré-aquecido a 200º por 6 a 8 min. (dependendo do forno).

Sirva quente.

## Produtos Associados



**Bacalhau  
Desfiado**

400 g