



Estufado de Bacalhau e Legumes ao Manjericão



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 15-
30 min



Nº de pessoas
2 Pessoas

Ingredientes

- 1 embalagem de Supremas de Bacalhau PESCANOVA
- Azeite q.b.
- 1 cebola roxa
- 1 curgete
- 1 beringela
- 1 tomate grande maduro
- Sal e pimenta preta q.b.
- Manjericão q.b.

Preparação

- . Descongelar as Supremas de Bacalhau e reservar.
- . Num tacho largo, colocar um fio de azeite, depois a cebola cortada em meias-luas largas, a curgete e a beringela em pedaços pequenos e o tomate (sem pele) bem picado. Temperar com sal e pimenta preta, juntar 4 a 5 folhas grandes de manjericão. Por fim adicionar as Supremas de Bacalhau com a pele para cima.
- . Regar tudo com um fio de azeite, tapar o tacho e levar a cozer em lume médio a brando por 10 a 15 min. aprox., agitar o tacho de vez em quando para não pegar.
- . Servir quente com manjericão fresco!

Produtos Associados



Supremas de Bacalhau

400 g