



Lasanha de Bacalhau Desfiado Pescanova By Vasco Palmeirim



Ingredientes

- 1 emb. de Bacalhau Desfiado Pescanova
- 200 g lasanha pré-cozida
- 1 cebola média
- 2 dentes de alho
- 0,3 dl azeite
- 100 g queijo parmesão q.b.
- 0,4 dl molho béchamel
- manjeriço fresco q.b.



Dificuldade

Fácil



Tempo

Menos de
15 min

Nº de pessoas

4 Pessoas

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
345 Kcal	14 g	25 g	21 g

Preparação

1. Descongele o Bacalhau Desfiado segundo as instruções da embalagem. Corte em pedaços pequenos, reserve.
2. Pique a cebola e corte o alho em lâminas. Pique umas folhas de manjericão. Refogue o Bacalhau em azeite, cebola, alho e o manjericão.
3. Demolhe as placas de lasanha em água a ferver para as tornar mais macias. Cubra o fundo de um tabuleiro com béchamel. Em seguida, coloque uma placa de lasanha, depois o preparado de Bacalhau e regue com béchamel.
4. Repita as vezes que considerar necessárias, sendo que deve terminar com uma placa coberta com molho béchamel e queijo parmesão ralado no momento. Tape o tabuleiro com papel de alumínio e leve ao forno a 180°. No fim destape e deixe gratinar. Acompanhe com salada de tomate.

Produtos Associados



Bacalhau Desfiado

400 g