



Medalhões de Pescada à Toscana



Dificuldade
Fácil



Tempo
Menos de
15 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. de MEDALHÕES DE PESCADA PESCANOVA
- 200 g de tomate cereja
- 200 ml de natas
- 150 g de espinafres
- 1 cebola
- 1 dente de alho
- Queijo parmesão e limão q.b.
- Sal e pimenta preta q.b.
- Azeite e manteiga q.b.

Preparação

1. Descongelar os medalhões de pescada, temperar com sal e pimenta preta;
2. Numa frigideira antiaderente larga com um fio de azeite e 1 c. de sopa de manteiga, saltear os medalhões de pescada durante 4 min. de cada lado aproximadamente. Retirar os medalhões de pescada para um prato mantendo quente;
3. Na mesma frigideira, amolecer no azeite a cebola e o alho picados finamente. Juntar o tomate cereja, temperar com sal e pimenta preta moída na hora e saltear 5 min. aproximadamente;
4. Acrescentar as natas e os espinafres, retificar os temperos com sal e pimenta e cozinhar até os espinafres amolecerem;
5. Por fim, juntar 2 c. de queijo parmesão ralado no momento e os medalhões de pescada à frigideira com o molho de natas, tomate e espinafres, regar com algumas gotas de sumo de limão, cozinhar 1 a 2 min. para envolver sabores e servir de imediato.

Produtos Associados



**Medalhões de
Pescada do
Cabo**
1 kg



**Medalhões de
Pescada do
Cabo**
2 kg



**Medalhões de
Pescada do
Cabo**
400 g