



Medalhões de Pescada com Crocante de Amêndoas, Laranja e Coentros



Ingredientes

- 8 Medalhões de Pescada do Cabo Pescanova
- 8 c. de sobremesa de amêndoa picada
- 6 c. de sopa de coentros picados
- 2 laranjas
- Azeite q.b.
- Manteiga q.b.
- Sal q.b.



Dificuldade

Fácil



Tempo

Entre 15-30 min



Nº de pessoas

4 Pessoas

Preparação

Descubra uma maneira deliciosa de preparar pescada com o contraste crocante das amêndoas, o frescor cítrico da laranja e o aroma dos coentros. Esta receita combina sabores vibrantes em cada dentada, tornando-a uma opção sofisticada e nutritiva.

1. **Temperar os Medalhões de Pescada:** Descongele os Medalhões de Pescada e tempere com sal e sumo de 1 laranja.
2. **Preparar o Crocante de Amêndoas, Laranja e Coentros:** Numa taça, misture amêndoas, coentros picados, raspa de 2 laranjas e 2 colheres de sopa de azeite até obter uma mistura homogénea.
3. **Assar os Medalhões de Pescada:** Numa assadeira untada com azeite, coloque os medalhões de pescada sem sobrepor. Espalhe a mistura de amêndoas, coentros e raspa de laranja sobre os medalhões. Leve ao forno pré-aquecido a 180°C por cerca de 20 minutos, ou até que o peixe esteja cozido e o crocante esteja dourado.
4. **Servir:** Sirva os medalhões de pescada imediatamente, acompanhados de uma salada de alfaces, rúcula, cubos de laranja e cebola roxa em meias-luas.

Para uma experiência culinária igualmente deliciosa, experimente também os [Medalhões de Pescada com Risoto de Espinafres e Tomate](#), uma opção reconfortante e cheia de sabor. Ambas as receitas destacam a versatilidade da pescada. Descubra novos sabores e encante-se com a versatilidade deste peixe na sua cozinha.

Produtos Associados



**Medalhões de
Pescada do
Cabo**

2 kg



**Medalhões de
Pescada do
Cabo**

400 g



**Medalhões de
Pescada do
Cabo**

1 kg