



O meu Bacalhau

RECEITA DE
CONSUMIDOR



Dificuldade
Média



Tempo
Entre 30-
60 min



Nº de pessoas
2 Pessoas

Ingredientes

- 4 Supremas de Bacalhau 400 g Pescanova
- 150 g de Miolo de Camarão 80/100 350 g Pescanova
- 2 Delícias do Mar Sem Glúten Pescanova
- 3 Batatas médias às rodelas
- 1 Ovo
- Farinha q.b.
- 1 Cebola e 1 Dente de alho
- 1 Tomate maduro
- Vinho verde q.b.
- Orégãos
- Pimenta e Azeite q.b.

Preparação

1. Descongele as Supremas de Bacalhau Pescanova de acordo com as indicações da embalagem.
2. Seguidamente, passe o bacalhau por ovo e farinha e frite-o em azeite bem quente. Depois do bacalhau estar frito, retire-o e reserve.
3. No tacho onde fritou o bacalhau, coloque um pouco mais de azeite, adicione a cebola às rodelas, o dente de alho laminado, os camarões e deixar refogar um pouco. Mexa e junte o vinho verde, e o tomate partido aos bocadinhos.
4. Tempere a gosto de orégãos, pimenta e salsa. Deixe refogar mais 5 min.
5. Por fim, incorpore ao preparado o bacalhau que fritou previamente e sirva-o regado com o próprio molho e acompanhado com batatas.

Produtos Associados



**Supremas de
Bacalhau**

400 g



**Miolo de
Camarão 80/100**

350 g



**Delícias do Mar
Sem Glúten**

250 g