



Pescada com Cogumelos



Ingredientes

- 500 g de Postas de Pescada Nº 3 do Cabo Pescanova
- 450 g de cogumelos
- 1 pimento vermelho
- 1 limão
- 2 dentes de alho
- 1 copo de vinho branco
- 1 dl de azeite
- salsa
- 400 g de batatas
- sal



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 15-
30 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
387,9 Kcal	21,1 g	25,3 g	22,7 g

Preparação

1. Coloque o azeite, os dentes de alho e salsa picada num tacho. Deixe fritar ligeiramente. Adicione os cogumelos laminados, tempere com sal e regue com sumo de limão.
2. Deixe cozer em lume brando durante alguns minutos. Disponha a pescada, previamente temperada com sal, sobre os cogumelos. Regue com vinho branco e deixe cozer lentamente durante cerca de 15 minutos.
3. Decore com tiras de pimento e acompanhe com batatas cozidas em vapor.

Produtos Associados



**Postas de
Pescada nº 3 do
Cabo**

600 g



**Postas de
Pescada nº 5 do
Chile**

800 g