



Supremas de Bacalhau com Molho Alfredo



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 15-
30 min



Nº de pessoas
2 Pessoas

Ingredientes

- 1 embalagem de Supremas de Bacalhau PESCANOVA
- Azeite q.b.
- 200 ml de natas
- 75 g de queijo parmesão
- 2 colheres de sopa de manteiga
- Sal e pimenta preta q.b.
- 150 g de penne integral
- 100 g de cebola
- 200 g de brócolos

Preparação

1. Descongelar as Supremas de Bacalhau, secar bem com papel absorvente e saltear numa frigideira antiaderente com o fundo coberto de azeite por 10 min. aprox., virar a meio.
2. Para o molho, em lume brando a médio, aquecer as natas numa frigideira, depois juntar o queijo parmesão ralado no momento e mexer com uma vara de arames em lume brando até começar a espessar. Acrescentar a manteiga, deixar derreter bem e continuar a mexer até espessar o molho. Temperar com pimenta preta moída na hora e uma pitada de sal (se necessário).
3. Cozer o penne integral em água com sal. Enquanto isso, numa frigideira alta e larga, amolecer a cebola picada em azeite, depois, juntar os brócolos em pequenos floretes e saltear até cozinhar na consistência desejada. Temperar com sal e misturar o penne cozido e escorrido. Misturar tudo e cozinhar por 1 a 2 min. para envolver sabores.
4. Servir as Supremas de Bacalhau com o molho Alfredo, acompanhar com a salada morna de penne integral e brócolos.

Produtos Associados



Supremas de Bacalhau

400 g