



## Bacalhau à Hortelã com Migas de Beterraba



### Ingredientes

- 1 emb. de Lombos de Bacalhau Pescanova
- 1 ramo de hortelã
- 1 pão alentejano
- 1 beterraba cozido
- Sal q.b.
- 2 dentes de alho
- Azeite q.b.



Dificuldade  
Fácil



Tempo  
Entre 15-  
30 min



Nº de pessoas  
4 Pessoas

### Preparação

1. Descongele os Lombos de Bacalhau e coza-os em água a ferver com 2 pés de hortelã.
2. Faça as migas esfarelado grosseiramente o pão e deixando-o ensopado em água (apenas a suficiente para ensopar) até amolecer.
3. Triture bem a beterraba até ficar em puré, junte ao pão bem escorrido, misture e tempere de sal e folhas de hortelã picadas.
4. Numa frigideira antiaderente bem quente, aloure os alhos picados finamente em azeite, junte a mistura de beterraba e pão bem escorrida e vá virando e comprimindo até secar.
5. Sirva as migas com os Lombos de Bacalhau, salpicadas com hortelã picada e temperado com azeite e hortelã picada.

## Produtos Associados



**Bacalhau Especial Sel Chef Isl.**

1 kg



**Preparado Arroz de Bacalhau**

700 g



**Lombos de Bacalhau**

550 g



**Lombos de Bacalhau**

400 g



**Bacalhau Desfiado**

850 g



**Supremas de Bacalhau**

400 g