Veja mais receitas em
www.pescanova.pt

Bacalhau com Espinafres e Broa

Dificuldade	Tempo	Nº de pessoas
Fácil	Entre 15-30 min	4 Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. de Bacalhau Desfiado PESCANOVA
- Azeite e manteiga q.b.
- 1 cebola grande
- 2 dentes de alho
- 200 g de espinafres
- 150 g de grão cozido
- 500 ml de bechamel
- Sal, pimenta preta e salsa q.b.
- 4 fatias de broa

Preparação

1. Descongelar o Bacalhau Desfiado, passar por água fria corrente e escorrer bem.

2. Amolecer em 4 c. de sopa de azeite a cebola e o alho picados, acrescentar os espinafres e o bacalhau Desfiado e saltear por 5 a 6 min. Acrescentar o grão de bico cozido e o molho bechamel, temperar de sal e pimenta preta e envolver por 2 a 3 min.

3. Untar uma assadeira com manteiga e deitar a mistura.

4. Num processador de cozinha, triturar a broa cortada em pedaços com 2 c. de sopa de azeite, 8 pés de salsa e 1 pitada de sal. Cobrir a mistura de Bacalhau, espinafres e grão com a broa e levar a forno pré-aquecido a 180° C por 15 a 20 min.

5. Servir de imediato!

Produtos Associados

Bacalhau Desfiado

850 g

Bacalhau Desfiado

400 g