Veja mais receitas em
www.pescanova.pt

Empada de Mimos de Pescada

Dificuldade	Tempo	Nº de pessoas
Fácil	Entre 30-60 min	4 Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. de Mimos de Pescada PESCANOVA
- 1 cebola
- 1 alho francês
- 1 cenoura grande
- 1 curgete pequena
- 2 c. de sopa de manteiga
- Azeite q.b.
- 200 g de ervilhas
- 1 c. de sopa cheia de farinha
- 100 ml de leite
- Sal e pimenta preta q.b.
- Salsa q.b.
- 2 emb. de massa quebrada
- 1 ovo

Preparação

1. Descongelar os Mimos de Pescada, secar com papel absorvente, temperar de sal e pimenta preta e saltear em azeite por 7 a 8 min. virando a meio do tempo. Lascar.

2. Picar a cebola finamente, cortar o alho francês em meias-luas finas e a cenoura e a curgete (sem casca) em cubinhos.

3. Derreter a manteiga com 2 c. de sopa de azeite e saltear os legumes cortados e as ervilhas (previamente descongeladas) até amolecerem. Depois, polvilhar com a farinha, envolver, regar com o leite à temperatura ambiente, temperar de sal e pimenta preta e cozinhar em lume brando até engrossar. Acrescentar as lascas de Mimos de Pescada e salsa picada e envolver.

4. Untar com manteiga uma forma de tarte com o fundo amovível e forrar com uma das massas. Colocar o recheio de legumes e Mimos de Pescada e tapar com a outra massa. Aparar os lados, colar bem a massa uma à outra e aproveitar as aparas para fazer motivos para decorar. Por fim, fazer um orifício no centro da "tampa" e colocar um canudinho de papel vegetal para servir de chaminé e ir libertando o vapor.

5. Pincelar com o ovo batido e cozer em forno pré-aquecido a 200° C por 30 min. aprox.

6. Retirar a "chaminé" e servir com salada.

Produtos Associados

Mimos de Pescada do Cabo

360 g