



Papelotes de Medalhões de Pescada com Legumes by Ana Guiomar



Ingredientes

- 1 emb. de Medalhões de Pescada do Cabo 400g Pescanova
- Azeite q.b.
- 6 dentes de alho grandes
- 18 tomates cereja pequenos
- 18 cebolinhas de conserva
- Brócolos q.b.
- Sal e pimenta preta q.b.
- Cebolinho q.b.



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 15-30 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Preparação

1. Descongele os Medalhões de Pescada.
2. Corte retângulos de papel vegetal e disponha em cada um: um fio de azeite, 1 dente de alho laminado, 3 tomates cereja, 3 cebolinhas cortadas ao meio, 4 ou 5 pequenos floretes de brócolos e um Medalhão de Pescada, tempere de sal e pimenta preta moída na hora, salpique com cebolinho picado grosseiramente em abundância e um fio de azeite generoso a finalizar.
3. Feche bem os papelotes e leve ao forno pré-aquecido a 180° por 18 a 20 min., aprox. (dependendo do forno).
4. Acompanhe com brócolos.

Produtos Associados



**Medalhões de
Pescada do
Cabo**
400 g



**Medalhões de
Pescada do
Cabo**
1 kg