



## Pescada Fricassé



Dificuldade  
Fácil



Tempo  
Entre 15-  
30 min



Nº de pessoas  
4 Pessoas

### Ingredientes

#### Para a Pescada:

- **Postas de Pescada nº 5 do Chile PESCANOVA**  
1 emb.
- Sal e pimenta preta q.b.
- Azeite 1 dl
- Cebola 1 unid.
- Gema de ovo 1 unid.
- Limão 1 unid.
- Salsa q.b.

### Preparação

#### Preparação da Pescada:

1. **Descongelar** as **Postas de Pescada** e **temperar** com sal e pimenta preta moída na hora.
2. Num tacho largo com azeite, **amolecer** a **cebola** picada.
3. Num recipiente à parte, colocar a gema de ovo, o sumo de limão e salsa picada, **misturar** muito bem e **reservar**.
4. **Acrescentar** as **Postas de Pescada** e 100 ml de água quente à cebola picada, **tapar** o tacho e cozinhar em **lume brando a médio** por **10 min.** aprox., **agitando** o tacho de vez em quando. Quando a **Pescada** estiver **cozida**, **juntar** o molho de gema, limão e salsa, **mexer** bem e deixar levantar **fervura**.

#### Para Servir:

5. Retificar os **temperos** de **sal** e **pimenta preta** e acompanhar com **arroz branco** ou **puré** e **salada**.

## Produtos Associados



**Postas de  
Pescada nº 5 do  
Chile**  
800 g