



Bacalhau à Portuguesa



Dificuldade



Média

Tempo



Entre 30-
60 min

Nº de pessoas



5 ou +
Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. de Batatas Parisienses Pescanova
- 1 emb. de Postas de Bacalhau do Atlântico Pescanova
- 1 emb. de Brócolos Pescanova
- 200 g de Cebola Picada Pescanova
- 40 g de Alho Picado Pescanova
- 4 tomates
- 1 ramo de salsa
- 2 dl de azeite
- 1 dl de vinho branco
- sal e pimenta q.b

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
441 Kcal	34,8 g	25,7 g	22 g

Preparação

1. Disponha as Postas de Bacalhau num tabuleiro de forno. Junte as cebolas e os alhos picados . Pique os tomates sem pele nem grainhas.
2. Espalhe os condimentos sobre o bacalhau, disponha as Batatas Parisienses à volta, junte a salsa e regue com o vinho branco e o azeite. Leve ao forno. Vá regando com o molho e deixe assar até as batatas estarem douradas.
3. Sirva com Brócolos Pescanova cozidos.

[tshdnbs-29]

Produtos Associados



**Batata
Parisiense**
Embalagem: **750 g**



Brócolos
Embalagem: **400 g**



**Postas de
Bacalhau do
Atlântico**
Embalagem: **700 g**