



Bacalhau com Crosta de Grelos, Alheira e Broa



Ingredientes

- 2 emb. de Lombos de Bacalhau Pescanova
- 2 fatias de broa de milho
- 1/2 alheira
- 1 molhinho de grelos
- Azeite q.b.
- 1 dente de alho
- Sal q.b.



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 30-
60 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Preparação

1. Descongele os Lombos de Bacalhau na parte de baixo do frigorífico. Depois, escorra bem e seque com papel absorvente.
2. Esfarele a broa, retire a pele à alheira e esfarele, salteie os grelos em azeite e alho, temperando ligeiramente de sal, pique-os grosseiramente. Misture tudo, juntando um fio de azeite para unir melhor, se necessário.
3. Coloque a mistura de broa, grelos e alheira sobre o lado sem pele de cada Lombo de Bacalhau, disponha-os numa assadeira com azeite e leve a forno pré-aquecido a 200° por 20 a 25 min., dependendo do forno.
4. Sirva quente, acompanhado com grelos salteados em azeite e alho.

Produtos Associados



Bacalhau Especial Sel Chef Isl.

1 kg



Preparado Arroz de Bacalhau

700 g



Lombos de Bacalhau

550 g



Lombos de Bacalhau

400 g



Bacalhau Desfiado

850 g



Supremas de Bacalhau

400 g