



Bacalhau Grelhado com Molho Romesco e Salada



Dificuldade
Fácil



Tempo
Menos de
15 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Ingredientes

Para o Bacalhau:

- Postas de Bacalhau PESCANOVA 1 emb.
- Azeite q.b.
- Dente de alho 1 unid.

Para o Molho:

- Fatia de pão tipo alentejano 1 unid.
- Vinagre q.b.
- Pimento vermelho 1 unid.
- Tomate maduro 1 unid.

Para terminar:

- Amêndoas sem pele torradas 1 colher de sopa
- Avelãs sem pele torradas 1 colher de sopa

Preparação

Preparação do Bacalhau:

1. Descongelar as **Postas de Bacalhau** de acordo com as instruções na embalagem.
2. Depois, **escorrer bem**.
3. **Untar** generosamente com azeite e **grelhar** numa frigideira-grelha antiaderente por **5 a 6 min.** de cada lado.

Para o Molho:

4. **Amolecer** o alho picado em 1 colher de sopa de azeite e saltear o miolo da fatia de pão esfarelado por **2 a 3 min.**
5. Mexer.
6. **Assar** o pimento e o tomate com um fio de azeite em **forno** pré-aquecido a **200 ° C** por **20 min. aprox.**
7. Depois, retirar o pimento para uma taça e **tapar por 10 min.**
8. **Retirar** a pele, as sementes e os veios ao pimento e a pele ao tomate.
9. Num **processador de cozinha** juntar o pão salteado com o alho, o pimento e o tomate assados.
10. Juntar 1 colher de sopa de vinagre, as amêndoas e as avelãs tostadas e **triturar tudo** até à **consistência de um creme.**
11. **Acrescentar** um fio de **azeite.**
12. **Temperar** com sal e **triturar** novamente (idealmente, reservar no frio por 10 a 20 min. para acentuar o sabor).

Para terminar:

13. **Servir** as **Postas de Bacalhau** grelhadas com o **molho romesco** e **salada de alface.**
14. **Salpicar** com **amêndoas tostadas** na frigideira antiaderente sem qualquer gordura.

Produtos Associados



**Postas de
Bacalhau**

700 g