Veja mais receitas em
www.pescanova.pt

Bacalhau no Forno em Aromáticas com Legumes

Dificuldade
Fácil

Tempo
Entre 15-30 min

Nº de pessoas
4 Pessoas

Ingredientes

- 4 Lombos de Bacalhau Pescanova
- Azeite q.b.
- 1 molho de coentros
- 1 molho de salsa
- 10 dentes de alho
- 1 curgete médias
- 1 pimento
- 1 cebolas pequena
- Sal e pimenta preta q.b.

Preparação

1. Descongele os Lombos de Bacalhau, escorra bem, seque com papel absorvente e unte com azeite.

2. Pique os coentros, a salsa e 2 dentes de alho, misture e envolva os Lombos de Bacalhau untados com azeite na mistura de ervas e alho.

3. Corte a curgete e o pimento em cubinhos e a cebola em meias-luas finas e descasque os restantes dentes de alho.

4. Numa assadeira grande com o fundo com azeite, disponha os Lombos de Bacalhau e, em redor, distribua os legumes temperando os mesmos com uma pitada de sal e pimenta preta moída na hora. Regue tudo com um fio generoso de azeite e leve a cozinhar em forno pré-aquecido a 200° por 25 min. aprox. (dependendo do forno).

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