Veja mais receitas em
www.pescanova.pt

Cataplana de Bacalhau Fresco

Dificuldade
Fácil

Tempo
Entre 15-30 min

Nº de pessoas
4 Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. de Supremas de Bacalhau Fresco Pescanova
- 8 Camarões Moçambique 22/34 Pescanova
- 8 cebolinhas;
- 2 dentes de alho
- 16 mini tomates alongados
- 1 pimento verde
- 12 batatinhas primor
- 1 dl de azeite
- 0,5 dl de vinho branco
- sal, piripiri moído e salsa q.b.

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
416 Kcal	**33** g	**23** g	**21** g

Preparação

1. Descongele as Supremas Pescanova segundo as instruções da embalagem. Corte em pedaços, reserve.

2. Corte o pimento em losangos, corte ao meio as cebolas e o alho em lâminas. Descasque as batatas e corte em rodelas.

3. Numa cataplana*, deite o azeite, as cebolas e o alho. Adicione os mini tomates (inteiros ou em metades), o pimento e, por fim, as Supremas e os Camarões. Tempere com piripiri e junte um raminho de salsa.

4. Acrescente o vinho, um golpe de água e feche a cataplana. Leve ao lume por 15 min. Um pouco antes de terminar a cozedura, retifique o sal. Sirva bem quente.

*Se não tiver cataplana, utilize um tacho e mantenha-o tapado durante a cozedura.

Produtos Associados

Supremas de Bacalhau

400 g

Camarão Moçambique 22/34

400 g

Camarão Moçambique Grande 32/48

800 g

Camarão Moçambique Médio 48/64

800 g