Veja mais receitas em
www.pescanova.pt

Corvina aos Citrinos com Tomate e Puré de Ervilhas

Dificuldade	Tempo	Nº de pessoas
Fácil	Entre 15-30 min	4 Pessoas

Ingredientes

Para a corvina:

- **Corvina PESCANOVA** 1 emb.
- Limão 1 unid.
- Laranja 1 unid.
- Azeite q.b.
- Tomate cereja 200 g
- Sal q.b.

Para o puré:

- Cebola pequena 1 unid.
- Batata-doce pequena 1 unid.
- **Ervilhas PESCANOVA** 400 g
- Hortelã q.b.

Preparação

Preparação da Corvina:
1. Descongelar a **Corvina**, temperar com a raspa e o sumo do limão e da laranja e **marinar por 15 min**.
2. Dispor a **Corvina** numa assadeira **larga** com o fundo com azeite e em redor colocar o tomate cereja.
3. Temperar tudo de sal, regar com um fio de azeite e levar a **forno pré-aquecido a 180° C por 18 a 20 min**. (dependendo do forno e do tamanho das postas).

Preparação do Puré de Ervilhas:
4. Amolecer em 2 c. de sopa de azeite a cebola **picada**, depois acrescentar a batata-doce **cortada em cubos** e as ervilhas (**descongeladas**), **cozinhar por 2 a 3 min.**
5. Para envolver sabores, **cobrir de água quente**, temperar de sal, pimenta preta e 2 folhas grandes de hortelã e cozer.
6. Por fim, **triturar** até à **consistência de um puré** (acrescentar um pouco de água quente se necessário).

Para servir:
7. Servir a **Corvina assada** com o tomate e o **puré de ervilhas**.

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