



# Embrulhos de Medalhões de Pescada com Couve e Cenoura



## Ingredientes

- 1 emb. de Medalhões de Pescada do Cabo Pescanova
- 2 cenouras
- 1 emb. de massa folhada fresca
- 1/2 couve lombarda pequena
- Leite ou ovo (facultativo)
- Azeite q.b.
- Salsa q.b.
- Sal q.b.

Dificuldade



Fácil

Tempo



Entre 15-30 min

Nº de pessoas



4 Pessoas

## Preparação

1. Descongele os Medalhões de Pescada e tempere de sal.
2. Corte a couve lombarda em juliana e escale em água a ferver. Depois, escorra bem e misture numa tigela com a cenoura descascada e ralada. Tempere de sal e um fio de azeite e misture.
3. Corte 4 quadrados de massa folhada e em cada um distribua mistura de couve e cenoura e coloque um Medalhão de Pescada em cima, salpique com salsa picada, feche colando bem as extremidades da massa e, se desejar que a mesma fique mais brilhante, pincele com leite ou ovo batido. A seguir, leve a forno pré-aquecido a 200° por 25 min. aprox. (dependendo do forno).
4. Sirva de imediato acompanhado com tomate cereja.

## Produtos Associados

---



### Medalhões de Pescada do Cabo

Embalagem: 2 kg



### Medalhões de Pescada do Cabo

Embalagem: 400 g



### Medalhões de Pescada do Cabo

Embalagem: 1 kg