



Empadão do Mar

RECEITA DE
CONSUMIDOR



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 30-
60 min



Nº de pessoas
5 ou +
Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. de Lula Patagónica Pescanova
- 1 emb. de Bacalhau Desfiado Pescanova
- 1 emb. de Miolo de Camarão 80-100 Pescanova
- 1 cebola e 1 folha de louro
- Azeite
- Puré de batata instantâneo
- Pão ralado
- Sal, pimenta e piri-piri q.b.
- 1 cálice de vinho branco e 1 emb. de béchamel

Preparação

1. Descongele os produtos Pescanova conforme indica embalagem.
2. Corte a cebola às rodelas finas e refogue em azeite e louro. Junte o bacalhau, as lulas e deixe cozinhar. Junte o vinho e cozinhe mais um pouco.
3. Prepare o puré. Adicione o camarão ao bacalhau, retire a folha de louro. Tempere com sal, pimenta, piri-piri e junte o béchamel.
4. Num pirex disponha uma camada de puré, depois o preparado de lulas, o camarão e o bacalhau. Por fim, o puré novamente.
5. Polvilhe com pão ralado e leve ao forno.

Produtos Associados



Lulas Limpas

450 g



**Bacalhau
Desfiado**

400 g



**Miolo de
Camarão 80/100**

350 g