Veja mais receitas em
www.pescanova.pt

Jardineira de Lombos de Pescada do Cabo na Bimby

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

Ingredientes

- 1 emb. de **Lombos de Pescada do Cabo Pescanova**
- 120 g de cebola e 2 dentes de alho
- 150 g de tomate
- 100 g de pimento (vermelho verde amarelo e laranja)
- 50 g de azeite
- 150 g de vinho branco
- 100 g de água
- 1 folha de louro
- Sal, coentros e hortelã q.b.
- 200 g ervilhas
- 200 g de cenoura as rodelas
- 200 g de batata aos cubos

Preparação

Na bimby:

1. Coloque no copo a cebola, os dentes de alho, os pimentos, o tomate e o azeite, pique 5 seg/ vel 5. Refogue 8 min/varoma/vel 1. Triture 15 seg/vel 7.

2. Adicione, as ervilhas, a cenoura, o vinho, a água e a folha de louro, na varoma. Coloque o peixe e tempere de sal e pimenta e programe 10 min/varoma/vel inversa/vel colher.

3. Adicione as batatas e programe mais 10 min/varoma/vel inversa/vel colher.

4. Rectifique os temperos e coloque um raminho de coentros e umas folhas de hortelã.

Produtos Associados

Lombos de Pescada do Cabo

360 g

Medalhões de Pescada do Cabo

400 g