



Lombos de Bacalhau à Minhota



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 15-
30 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Ingredientes

- 1 embalagem de Lombos de Bacalhau PESCANOVA
- Sal e pimenta preta q.b.
- Farinha q.b.
- Azeite q.b.
- 1 cebola grande
- 150 g de pimentos morrones
- 400 g de Batatas à Portuguesa PESCANOVA
- Azeitonas q.b.

Preparação

1. Descongelar os Lombos de Bacalhau, passar por água fria corrente, escorrer bem e secar com papel de cozinha absorvente, temperar com pimenta preta moída na hora, passar em farinha sacudindo o excesso e cozinhar em azeite quente até todos os lados estarem dourados.
2. Cortar a cebola em meias-luas e cozinhar em azeite até dourar. No final, juntar os pimentos morrones escorridos e cortados em tiras, temperar ligeiramente de sal e pimenta preta moída na hora e cozinhar 1 a 2 min. para envolver sabores.
3. Servir os Lombos de Bacalhau com a mistura de cebola e pimentos morrones, acompanhados com Batatas à Portuguesa fritas ou cozinhadas no forno e azeitonas.

Produtos Associados



Postas de Bacalhau

700 g



Lombos de Bacalhau

400 g



Lombos de Bacalhau

550 g



Lombos de Bacalhau do Atlântico Hig.

1 kg