



Lulas com Tomate à Salsa



Ingredientes

- 1 embalagem de Lulas Limpas 450g Pescanova
- 500 g tomate
- 2 cebolas
- 1 gema de ovo
- 1 c. de sopa de mostarda
- 1 c. de sopa de vinho branco
- Azeite e salsa q.b.
- Sal e pimenta q.b.



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 30-
60 min



Nº de pessoas
3 Pessoas

Preparação

1. Descongelar as lulas limpas, passar por água fria e escorrer;
2. Amolecer em azeite as cebolas cortadas em rodela finas. Juntar o tomate pelado e sem sementes e cozinhar aproximadamente 10 minutos;
3. Passar tudo por um passe-vite, deitar o molho num tacho, juntar as lulas ao molho e adicionar 100 ml aproximadamente de água quente. Mexer, tapar o tacho e cozinhar até que as lulas fiquem macias;
4. Em seguida, retirar o tacho do lume e juntar a gema, a mostarda e o vinho branco. Temperar com sal e pimenta moída e mexer bem;
5. Servir as lulas polvilhadas com salsa picada, acompanhadas com arroz branco cozido e salada de alface.

Produtos Associados



Lulas Limpas

450 g