



Lulas Grelhadas com Batata-Doce às Aromáticas



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 15-
30 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. de Lulas Limpas Pescanova
- 1 dente de alho
- 1/2 limão
- Sal e pimenta preta q.b.
- 4 batatas-doces
- Azeite q.b.
- 1 molhinho de coentros
- 1 molhinho de salsa
- 100 g de manteiga

Preparação

1. Descongelar as lulas, passar por água fria corrente, escorrer bem, temperar com o alho picado, sumo de limão, sal e pimenta preta moída na hora e reservar por 10 a 15 min.
2. Lavar e cortar as batatas-doces em quartos, colocar em papel de alumínio, temperar de sal, regar com um fio de azeite, fechar o papel de alumínio e assar em forno pré-aquecido a 200° C por 25 min.
3. Escorrer bem as lulas da marinada, pincelar com azeite e grelhar numa frigideira-grelha antiaderente bem quente untada com azeite durante 2 a 4 min. de cada lado aprox.
4. Para o molho: picar as ervas grosseiramente e juntar à manteiga previamente derretida em lume brando.
5. Servir as lulas grelhadas com as batatas-doces assadas, tudo regado com o molho de manteiga e aromáticas.

Produtos Associados



Lulas Limpas

450 g