



Medalhões de Pescada ao Gengibre e Lima com amêndoas



Ingredientes

- 1 emb. de Medalhões de Pescada do Cabo Pescanova
- Brócolos q.b.
- Sal q.b.
- 1 lima
- Gengibre q.b.
- Azeite q.b.
- 6 c. de sopa de amêndoas laminadas
- Molho de soja q.b.

Dificuldade



Fácil

Tempo

Entre 30-
60 min

Nº de pessoas



4 Pessoas

Preparação

1. Descongele os medalhões de pescada, tempere de sal, lima e gengibre picado finamente ou ralado.
2. Cubra o fundo de uma assadeira com azeite e disponha os medalhões separados e sem os sobrepor. Salpique com as amêndoas e finalize com um fio de azeite.
3. Leve a forno pré-aquecido a 200° por 10 minutos, desça a temperatura para 180° e cozinhe por mais 10 a 15 minutos, dependendo do forno.
4. Sirva os medalhões de pescada salpicados com raspa de lima, acompanhados com floretes de brócolos salteados no wok com pouco azeite e um ligeiro toque de molho de soja.

Produtos Associados



Medalhões de Pescada do Cabo

Embalagem: 2 kg



Medalhões de Pescada do Cabo

Embalagem: 400 g



Medalhões de Pescada do Cabo

Embalagem: 1 kg