



Medalhões de Pescada do Cabo em Papellote by Lourenço Ortigão



Dificuldade



Fácil

Tempo



Entre 30-60 min

Nº de pessoas



4 Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. Medalhões de Pescada do Cabo 400g
- 1 Cebola
- 1 Courgette
- 1 Bolbo de Funcho com Rama
- 1 Cenoura
- Sumo de 1 Limão
- Azeite q.b.
- Sal e Pimenta q.b.

Preparação

1. Tempere os Medalhões com sal, pimenta e sumo de limão. Corte 4 quadrados grandes de papel de alumínio. Coloque um pouco de azeite no meio.
2. Disponha, às camadas a cebola cortada em rodela muito finas, a courgette, a cenoura e o bolbo de funcho, tempere com sal e pimenta. De seguida coloque por cima os medalhões. Dobre as pontas das folhas de alumínio para dentro e faça um embrulho.
3. Leve ao forno a 180°C durante 40 minutos.
4. Abra e coloque a rama do bolbo de funcho e sirva de imediato.

Produtos Associados



Medalhões de
Pescada do
Cabo

Embalagem: 2 kg



Medalhões de
Pescada do
Cabo

Embalagem: 1 kg



Medalhões de
Pescada do
Cabo

Embalagem: 400 g