Veja mais receitas em
www.pescanova.pt

Medalhões de pescada no forno com natas e cenoura

Dificuldade	Tempo	Nº de pessoas
Média	Entre 30-60 min	5 ou + Pessoas

Ingredientes

- 2 emb. de Medalhões de Pescada do Cabo Pescanova
- 2 cenouras médias raladas
- 1/3 de pedaço de bacon
- Azeitonas a gosto
- 1 pacote de natas (200 ml)
- Queijo para gratinar (usei mozarella)
- Sal, sumo de limão e azeite q.b.

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
287,1 Kcal	**2,4** g	**22,2** g	**21** g

Preparação

1. Pré-aquecer o forno a 180-200º C.

2. Num recipiente que possa ir ao forno, colocar os medalhões de pescada (já descongelados) e temperar com o sal, sumo de meio limão e um fio de azeite. (Se os medalhões ainda estiverem congelados levar assim, temperados, 10 minutos ao forno, escorrer alguma água que tenham libertado e continuar com o resto da receita).

3. Por cima colocar a cenoura ralada. Regar com as natas. Salpicar com as azeitonas e os cubos de bacon. Cobrir com queijo.

4. Levar a forno quente cerca de 25/30 minutos.

5. Quando estiver tostadinho está pronto a servir. Acompanhe com puré de batata.

Produtos Associados

Medalhões de Pescada do Cabo

400 g

Medalhões de Pescada do Cabo

2 kg

Medalhões de Pescada do Cabo

1 kg