



Mini Fritatas de Pescada no Forno



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 15-
30 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Ingredientes

- 4 Mimos de Pescada Pescanova
- Sal e pimenta preta q.b.
- 3 c. de sopa de azeite
- 1 alho-francês pequeno
- 5 ovos
- 100 ml de natas
- Salsa q.b.
- Manteiga q.b.

Preparação

1. Descongelar os Mimos de Pescada e cozer em água a ferver com sal por 10 min. aprox. Escorrer e lascar.
2. Amolecer no azeite o alho francês cortado em rodellas finas, temperado com sal. Depois, acrescentar as lascas de pescada cozida e envolver.
3. Misturar bem os ovos com as natas, temperando de sal e pimenta preta acabada de moer. Juntar a mistura de alho-francês e lascas de pescada e salsa picada e envolver.
4. Untar forminhas de queque com manteiga e distribuir o preparado pelas mesmas.
5. Levar a forno pré-aquecido a 180° por 15 min. aprox. (dependendo do forno).

Produtos Associados



**Mimos de
Pescada do
Cabo**
360 g



**Mimos de
Pescada do
Cabo**
1 kg