



Pescada no Forno com Molho de Mostarda e Funcho



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 15-
30 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. de Medalhões de Pescada do Cabo Pescanova
- 1 iogurte natural
- 6 colheres de sopa de natas
- 2 colheres de sopa de mostarda
- 2 hastes de funcho
- Sal e flor de sal q.b.
- Azeite e vinagre q.b.
- Mistura de alfaces q.b.
- 3 colheres de sopa de frutos secos (amêndoas, caju, sultanas)

Preparação

1. Descongelar os Medalhões de Pescada do Cabo e reservar.
2. Numa tigela, misturar bem o iogurte, as natas, a mostarda e o funcho, cortado em meias-luas finas, temperar com uma ligeira pitada de sal. Dispor o molho numa assadeira e em cima colocar os Medalhões de Pescada (previamente secos com papel de cozinha) sem os sobrepor.
3. A seguir, temperar os Medalhões com sal, um fio de azeite e levar ao forno pré-aquecido a 180° por 20 a 25 min. aprox.
4. Servir quente com salada de alfaces e frutos secos, flor de sal, azeite e vinagre.

Produtos Associados



Medalhões de
Pescada do
Cabo

2 kg



Medalhões de
Pescada do
Cabo

400 g



Medalhões de
Pescada do
Cabo

1 kg