



Pescada no Forno com Vegetais ao Tomilho



Ingredientes

Para a Pescada:

- **Medalhões de Pescada PESCANOVA** 1 emb.
- Azeite q.b.

Para os Vegetais:

- Tomate cereja tricolor
- Cebola roxa 1 unid.
- Espargos verdes 8 unid.

Para temperar:

- Sal e pimenta preta q.b.
- Tomilho q.b.

Dificuldade



Fácil

Tempo



Entre 15-30 min

Nº de pessoas



4 Pessoas

Preparação

Preparação da Pescada:

1. Descongelar os **Medalhões de Pescada** e **escorrer bem**.

Preparação para o forno:

2. **Cobrir** generosamente o fundo de uma **assadeira** grande com azeite e colocar os **Medalhões de Pescada**, sem os sobrepor.
3. Em redor, **distribuir** o tomate cereja inteiro, a cebola roxa cortada em gomos e os espargos verdes arrançados.
4. **Temperar** tudo com **sal e pimenta** preta moída na hora e salpicar com tomilho.
5. **Regar** com um fio de **azeite** e **levar ao forno** pré-aquecido a 200°, por 20 min. aprox. (dependendo do forno).

Para terminar:

6. **Servir quente!**

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**