



Pescadinhas com Cogumelos e Aromáticas



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 15-
30 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. de Pescadinha do Cabo 1 kg Pescanova
- sal e pimenta preta q.b.
- 1 limão
- 300 g de cogumelos marron
- 2 cebolas roxas médias
- azeite q.b.
- coentros e ervas Provence q.b.

Preparação

1. Descongele as Pescadinhas, tempere com sal, pimenta preta acabada de moer, sumo de limão e reserve.
2. Limpe os cogumelos e lamine. Corte as cebolas em 1/2 luas finas.
3. Amoleça a cebola em azeite por 8 min. aprox. Junte os cogumelos e salteie por 1-2 min. Tempere, a gosto, de sal e pimenta preta moída na hora, adicione os coentros picados e as ervas e desligue o lume.
4. Cubra de azeite o fundo de uma assadeira larga, espalhe a mistura de cogumelos e cebola, coloque as Pescadinhas sem as sobrepor ou encostar, salpique com os coentros picados e as ervas, regue com um fio de azeite e leve a forno pré-aquecido a 200°, durante 18-20 min. aprox.
5. Sirva com arroz solto aromatizado com raspa de limão.

Produtos Associados



**Postas de
Pescada nº 3 do
Cabo**

600 g



**Postas de
Pescada nº 5 do
Chile**

800 g