



## Salmão no Forno com Legumes ao Manjericão



Dificuldade  
Fácil



Tempo  
Entre 15-  
30 min



Nº de pessoas  
4 Pessoas

### Ingredientes

- 1 emb. de Filé de Salmão PESCANOVA
- Azeite q.b.
- Sal e pimenta preta q.b.
- 1 curgete média
- 1 cebola
- 1 batata-doce média
- 1 beterraba pequena
- 4 dentes de alho
- Manjericão q.b.

### Preparação

1. Descongelar os Filés de Salmão, secar bem com papel absorvente e dispor no centro de uma assadeira larga untada com azeite, sem sobrepor. Temperar de sal e pimenta preta e reservar.

2. Noutra assadeira colocar rodela de curgete cortadas em quartos, cebola em meias-luas, batata-doce e beterraba (descascadas) aos cubinhos e os dentes de alho descascados e esmagados, temperar tudo de sal e pimenta preta, salpicar com folhas de manjericão e regar com azeite. Levar a forno pré-aquecido a 180° C por 10 min.

Retirar e colocar rapidamente em redor dos Filés de Salmão. Regar com 1 fio de azeite e levar tudo ao forno por mais 15 a 18 min. (dependendo do forno).

3. Servir de imediato com manjericão fresco e pimenta preta.

## Produtos Associados



**Filé de Salmão**

450 g



**Medalhões de Salmão**

400 g



**Lombos de Salmão**

250 g