

Bacalhau com Broa e Pesto

 TEMPO	 N. PESSOAS	 €/TOTAL	 €/PESSOA
30 MIN	6	8,53€	1,42€

Ingredientes:

- › **Lombo de Bacalhau MasterChef** 600g
- › **Puré de batata cong.** 1kg
- › **Leite meio gordo MasterChef** 40cl
- › **Broa de milho** 100g
- › **Amêndoa palitada MasterChef** 20g
- › **Alho** 1 dente
- › **Tomate seco em conserva** 30g
- › **Curgete** 300g
- › **Pimenta preta moída MasterChef** 1g
- › **Pesto** 40g
- › **Coentros** 7g
- › **Sal** 60g

Preparação:

1. Prepare o puré de batata com o leite, seguindo as indicações da embalagem.
2. Ligue o forno nos 200° C.
3. Triture, numa picadora, o miolo da broa, juntamente com a amêndoa, o dente de alho descascado e o tomate seco.
4. Adicione 1 colher de sopa do azeite da conserva do tomate e volte a triturar rapidamente. Reserve a mistura.
5. Corte a curgete em rodela finas, tempere-as com metade do sal, pimenta e o restante azeite da conserva do tomate. Mexa bem e reserve.
6. Coloque os lombos de bacalhau sobre a curgete e tempere-os com o restante sal e pimenta.
7. Barre-os com o molho pesto, cubra-os com a mistura de broa e leve ao forno durante 15 minutos.
8. Depois regue as rodela de curgetes com um fio de azeite e pouse os lombos de bacalhau nas rodela. leve ao forno mais 5 minutos.
9. Pique os coentros e quando o puré de batata estiver pronto junte-lhe os coentros, misturando muito bem.
10. Sirva o bacalhau com o puré de coentros.



Dica do Chef

Salteie a amêndoa numa frigideira antiaderente, sem gordura, para que a amêndoa fique mais crocante.



Lombos de Bacalhau
MasterChef
3Kg



Veja aqui
o vídeo
desta receita!

