



Cozinhar



Receitas em vídeo

Pratos Principais

## Lasanha de Bacalhau com Creme de Alho

90 min.

Fácil

Moderado

4 doses

### Ingredientes

8 folhas de massa para lasanha  
500 g de bacalhau  
500 ml de leite  
1/2 dl de azeite  
11 dentes de alho  
2 cubos de MAGGI Caldo de Galinha  
1 embalagem de Natas Longa Vida Original

### Informação nutricional

Energia	459,1 kcal	23%*
Proteínas	29,0 g	58%*
Lípidos	31,5 g	45%*
Hidratos de Carbono	13,3 g	5%*

\*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

### Preparação

- 1 Coza 8 dentes de alho descascados com as Natas Culinária Longa Vida e os 2 Cubos de Galinha MAGGI em lume muito brando, até ficarem tenros.
- 2 Coza as postas de bacalhau em leite aromatizado com as folhas de louro e os 2 dentes de alho e temperado com um pouco de sal. O Bacalhau estar é cozido quando ao passar um palito no meio não oferecer resistência e a posta está a lascar.
- 3 Retire e lasque o bacalhau, limpando-o de espinhas e peles. Numa frigideira coloque 0,5 dl de azeite com 1 alho bem picado e o bacalhau. Deixe-o cozinhar um a dois minutos.
- 4 Moa as Natas Longa Vida Original e o alho com a varinha mágica.
- 5 Coloque num tabuleiro de ir ao forno camadas de folhas de lasanha, duas a duas, alternando-as com o bacalhau e o creme de natas e alho.

- 6** Finalize com uma camada de massa, cubra com queijo ralado e leve ao forno em lume brando durante 45 minutos (a meio da cozedura cubra o tabuleiro com papel de alumínio).