



Pratos Principais

Peixe e Marisco

## Brandade de Bacalhau

Se há alimento que na gastronomia portuguesa tem várias formas de ser cozinhado, é sem dúvida o Bacalhau! Para juntar a família, a Nestlé apresenta-lhe mais uma receita de bacalhau deliciosa: Brandade de Bacalhau. De origem francesa, conjuga os ingredientes que mais combinam com o Bacalhau tornando esta receita muito popular. Este Natal, sirva Brandade de Bacalhau e brinde ao provar esta receita que junta as Natas Longa Vida Original, o queijo parmesão ao bacalhau!

🕒 35 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 4 doses

### Ingredientes

1 lombo de bacalhau  
500 ml de azeite  
4 dentes de alho  
2 batatas  
150 ml de Natas Longa Vida Original  
1 cebola pequena picada  
queijo parmesão q.b.  
salsa q.b.

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	1486,2 kcal	74%*
<b>Proteínas</b>	26,2 g	52%*
<b>Lípidos</b>	142,7 g	204%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	22,3 g	9%*

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

### Preparação

- 1 Cozinhar o bacalhau no azeite, juntamente com o alho, em baixa temperatura (fogo mínimo no fogão ou 90º no forno), por aprox. uma hora, a partir do momento em que começa a borbulhar.
- 2 Enquanto o bacalhau é preparado, descascar as batatas e picar em cubos médios. Levar a cozer. Depois de cozidas e escorridas, retornar ao tacho, juntamente com as natas.
- 3 Fazer um refogado com a cebola e azeite q.b. (usar o do bacalhau). No liquidificador, bater as batatas, natas e bacalhau (limpo de peles e espinhas) até obter um puré.
- 4 Verter o puré no refogado de cebola e misturar bem. Deixar cozinhar 5 minutos e deitar em taças refractárias. Salpicar com queijo parmesão ralado.
- 5 Levar ao forno a gratinar.

- 6 Num liquidificador triture um pouco de salsa com os dentes de alho e parte do azeite que confitaram com o bacalhau. Retirar do forno e decorar a gosto. Sugestão: Servir com pedaços de pão torrado, ou frito em azeite. Deitar pequenas colheradas de brandade no pão e regar com o molho de salsa.