

Receitas em vídeo | Pratos Principais

Bacalhau com Natas

O bacalhau com natas é um prato clássico da culinária portuguesa e com esta receita vais poder fazê-lo em casa! Aprende a preparar um delicioso bacalhau com natas cremoso e saboroso, perfeito para qualquer ocasião. Com ingredientes simples e um passo a passo fácil, vais impressionar todos com este prato.

40 min. | Fácil | Económico | 6 doses

Ingredientes

600 g de bacalhau demolhado
30 g de azeite
2 cebolas grandes em rodelas finas
sal q.b.
pimenta q.b.
400 g de batata frita palha
2 embalagens de Natas Longa Vida Original
noz-moscada q.b.
broa q.b.

Informação nutricional

Energia	682,0 kcal	34%*
Proteínas	23,4 g	47%*
Lípidos	51,4 g	73%*
Hidratos de Carbono	29,4 g	11%*

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

Preparação

1. Mergulhe o bacalhau em água a ferver por uns minutos.
2. Retire-lhe a pele e as espinhas e desmanche as postas em lascas.
3. Pré-aqueça o forno a 180ºC, de seguida aqueça o azeite com a cebola e deixe em lume brando, até a cebola amolecer.
4. Adicione o bacalhau em lascas, tempere com sal, pimenta e noz moscada e cozinhe cerca de 5 minutos.
5. Deite num tabuleiro de ir ao forno e envolva com as batatas e as Natas Longa Vida Original

6 Polvilhe com a broa e leve ao forno a 180º cerca de 30 minutos.