



Receitas em vídeo Pratos Principais

Bacalhau Recheado com **Presunto**

© 50 min.

Fácil

€ Económico

2 doses

Ingredientes

2 postas de bacalhau demolhado

4 c. de sopa de azeite

1 cebola

2 dentes de alho

1 folha de louro

3 ramos de tomilho

6 fatias de presunto

100 ml de maionese

1 cacho de tomate cereja

100 g de puré de batata instantâneo

500 ml de água

250 ml de leite

3 gemas de ovo

1 c. de sopa de manteiga

sal e pimenta q.b.

noz moscada q.b.

Informação nutricional

Energia	971,0 kcal	49%*
Proteínas	34,3 g	69%*
Lípidos	80,2 g	115%*
Hidratos de Carbono	33,0 g	13%*
*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400		
	kJ / 2	2000 kcal)

Preparação

Pré-aqueça o forno a 200°C.

Num tabuleiro coloque a cebola cortada em fatias finas, os alhos esmagados, a folha e louro e 2 ramos de tomilho.

3	Faça um corte longitudinal nas postas de bacalhau e recheie com o presunto.
4	Coloque no tabuleiro, juntamente com o tomate cereja e regue com o azeite.

- 5 Leve ao forno durante cerca de 30 minutos a 180°C.
- 6 Coloque a maionese por cima de cada posta e deixe gratinar durante 15 minutos.
- 7 Para o puré, aqueça a água com a manteiga, o sal, a pimenta e a noz moscada.
- 8 Assim que levantar fervura, retire do lume, acrescente o leite e verta de uma só vez o conteúdo da saqueta de puré.
- 9 Deixe repousar durante 30 segundos.
- Junte 3 gemas e as folhas do restante tomilho e mexa bem de forma a envolver tudo.
- 11 Retire o bacalhau do forno e sirva com o tomate e o puré de batata.