

Pratos Principais | Pratos de Carne

Empadão de Batata, Cebola e Bacon

20 min. | Fácil | Económico | 6 doses

Ingredientes

125 g de puré de batata instantâneo
150 g de cebola
200 g de bacon em cubinhos
250 ml de leite meio-gordo
350 ml de água
1 c. de sopa de azeite
sal e pimenta branca q.b.

Informação nutricional

Energia	188,1 kcal	9%*
Proteínas	6,7 g	13%*
Lípidos	15,0 g	21%*
Hidratos de Carbono	6,4 g	2%*

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

Preparação

1. Salteia 150g de bacon numa frigideira sem azeite durante 3 minutos até dourar. Reserva.
2. Corta as cebolas em tiras finas e cozinha-as numa frigideira com azeite, em lume médio, durante 20 minutos. Mexe de vez em quando para não deixar queimar. Tempera a gosto com sal e pimenta.
3. Pré-aquece o forno a 200ºC.
4. Prepara o puré de batata, conforme as indicações presentes na embalagem.
5. Numa travessa apta para o forno, coloca metade do puré de batata na base, de seguida espalha a cebola cozinhada e o bacon salteado e cobre com o resto de puré de batata. Finaliza com queijo ralado e distribui bacon não salteado.
6. Leva ao forno durante 10-15 min, até que o queijo se funda e que o empadão ganhe uma cor dourada.