

EMPADÃO DE PEIXE COM ESPINAFRES



CONFEÇÃO

1. Lave e descasque as batatas, corte-as em pedaços, deite-os na taça do robot com a lâmina picadora, junte o leite e a manteiga e seleccione o Programa Cozedura Lenta P2, a 95°C, durante 30 minutos. Troque pelo acessório batedor, tempere com noz-moscada, sal e pimenta e programe 30 segundos na velocidade 8. Retire e reserve.
2. Lave a taça, deite-lhe 700 ml de água, encaixe por cima o cesto de cozedura a vapor com o peixe e seleccione o Programa de Cozedura a Vapor durante 30 minutos. Deixe amornar o peixe e retire-lhe as peles e as espinhas.
3. Mantenha 400 ml do caldo de cozer o peixe na taça com o acessório batedor, junte a farinha, rectifique os temperos e seleccione o Programa de Molhos a 100°C, na velocidade 6, durante 8 minutos. Troque pela lâmina picadora, adicione depois o peixe e dê uns toques no Turbo até que fique desfeito. Reserve numa tigela.
4. Descasque e lave a cebola e os alhos, corte em pedaços, coloque-os na taça lavada, junte o azeite e programe 15 segundos na velocidade 10. Troque pelo acessório misturador, passe a espátula, adicione os espinafres e seleccione o Programa Cozedura Lenta P2, a 100°C, durante 5 minutos. Retire, escorra bem, junte ao preparado do peixe e envolva.
5. Num tabuleiro ou pirex, espalhe metade do puré, junte por cima a mistura anterior, cubra com o restante puré e alise. Polvilhe com queijo ralado e leve ao forno pré-aquecido a 180°C até que fique douradinho.

INGREDIENTES

- 600 G DE PEIXE PARA COZER
- 1 KG DE BATATAS
- 250 G DE ESPINAFRES EM FOLHA
- 1 CEBOLA
- 2 DENTES DE ALHO
- 400 ML DE LEITE
- 40 ML DE AZEITE
- 60 G DE FARINHA
- 40 G DE MANTEIGA
- QUEIJO RALADO Q.B.
- NOZ-MOSCADA Q.B.
- SAL E PIMENTA Q.B.