

BACALHAU EM PAPELOTE COM COGUMELOS



CONFEÇÃO

1. Lave e corte os cogumelos em tiras. Coloque-os no meio de 2 folhas de papel vegetal. Cubra o peixe com a mostarda e coloque-o sobre os cogumelos. Junte os raminhos de estragão e o azeite. Tempere com sal e pimenta. Feche os papelotes.
2. Deite água até à marca de 0,7 L na taça de preparação. Coloque os papelotes no cesto de vapor e coloque-o na taça. Seleccione o programa de vapor durante 15 min.
3. No final da cozedura, sirva de imediato com arroz.

INGREDIENTES

- 2 POSTAS DE BACALHAU (120 A 140 G POR POSTA)
- 250 G COGUMELOS
- 10 G MOSTARDA
- 5 RAMINHOS DE ESTRAGÃO
- 1 C. DE SOPA DE AZEITE
- SAL
- PIMENTA