

FILETES DE PESCADA ENROLADOS COM BACON E ARROZ DE TOMATE E ERVILHAS



INGREDIENTES

- 500G DE FILETES DE PESCADA
- FATIAS DE BACON (1 POR FILETE)
- 1 CEBOLA
- 2 DENTES DE ALHO
- 1 FOLHA DE LOURO
- 1 FIO DE AZEITE
- ERVILHAS CONGELADAS QB
- 4 C. SOPA DE POLPA DE TOMATE
- 1 COPO DE ARROZ
- 4 COPOS DE ÁGUA
- SAL, PIMENTA, SUMO DE LIMÃO
- PALITOS QB

CONFEÇÃO

1. Triturar a cebola e o alho na vel.12. Descer com a espátula, mudar para o acessório misturador, acrescentar a polpa de tomate e a folha de louro e programar P1 5 min.

3. Adicionar então a água, o arroz, as ervilhas e temperar de sal.

5. Temperar os filetes com sal, pimenta e limão e colocar uma fatia de bacon sobre cada um, enrolar, prender com um palito e colocar na panela pequena de vapor.

7. Montar a panela sob a taça e programar P2 100 20 min.

9. Servir de imediato.
