Peixe e Marisco

Receita de Fã
Fácil
45 Min.
3-4 Doses

BACALHAU CREMOSO COM NATAS, ESPINAFRES E CENOURA

INGREDIENTES

- 1 EMBALAGEM DE BACALHAU DESFIADO 400G
- 200 GR ESPINAFRES EM FOLHA ULTRACONGELADOS
- 2 CENOURAS
- 1 CEBOLA GRANDE
- 0,5 KG DE BATATAS PRÉ-FRITAS
- ÓLEO PARA FRITAR
- 1,5 PACOTES DE NATAS
- PÃO RALADO QB
- QUEIJO RALADO QB
- AZEITE QB
- SAL QB

CONFEÇÃO

1. Colocar as batatas a fritar em óleo bem quente. Quando estiverem fritas, escorrer bem e reservar.

2. Preparação na Cuisine Companion:

3. Colocar 0,7 l de água quente na taça da CC e no cesto colocar o bacalhau desfiado congelado e os espinafres congelados. Programar Steam por 15 minutos.

4. Entretanto cortar as cenouras em tiras fininhas e a cebola em quartos.

5. No final do programa steam, retirar o cesto, escorrer bem a água e limpar o interior da taça com uma folha de papel de cozinha.

6. Colocar a lâmina picadora e picar a cebola, clicando no seletor turbo, durante alguns segundos.

7. Retirar a lâmina picadora e colocar o acessório misturador. Adicionar azeite que cubra ligeiramente o fundo da taça e programar slow cook, P1, 12 minutos. Ao fim de 5 minutos, adicionar a cenoura, pela tampinha.

8. No final dos 12 minutos, adicionar o bacalhau e os espinafres, temperar com sal e programar mais 5 minutos em slow cook, P1.

9. Normalmente uso batatas em cubos, como não tinha, usei em palitos e depois cortei a meio.

10. No final dos 5 minutos, juntar as batatas e adicionar as natas e envolver bem com a espátula. Para estas quantidades, 1 pacote e meio de natas é suficiente, mas como esta nata é muito densa, colocar os 2 pacotes não é exagero.

11. Programar 5 minutos, 40º, na velocidade 5.

12. Envolver novamente bem com a espátula e verter num pirex.

13. Cobrir primeiramente com uma leve camada de pão ralado e posteriormente com uma camada de queijo ralado.

14. Levar ao forno pré aquecido a 220º por 8-10 minutos.