



Morue aux légumes et croûte de maïs aux olives



Categoria

Receitas de Natal



Tempo de preparação

Demorado



Dificuldade

Fácil



Custo

Intermédiaire



Com quem?

En famille



Nº de pessoas

4 pessoas

Ingredientes



Au goût, Huile d'Olive
Première Récolte Gallo
2018-2019



10ml de Gallo Vinaigre
Balsamique de Modène

- Longes de morue dessalées
- 200g de courgettes râpées
- 125g d'aubergines râpées
- 125g d'oignon rouge haché
- 125g de tortillas de maïs broyées
- Sel et poivre au goût

Modo de preparação

1

Cuire la morue sans peau ni arêtes.

2

Faire revenir l'oignon dans l'huile d'olive en ajoutant le vinaigre à la fin.

3

Sauter l'aubergine et la courgette séparément dans de l'huile d'olive également.

4

Superposer plusieurs couches en commençant par l'oignon et en terminant par le pain de maïs râpé mélangé aux olives. Faire dorer au four pour terminer.

5

Le plat sera prêt lorsque le pain de maïs sera sec et doré.

6

Servez avec une salade de laitue et tomates assaisonnée à la vinaigrette(2/3 d'huile d'olive + 1/3 de vinaigre).

Produtos utilizados



*Huile d'Olive Première
Récolte Gallo 2018-2019*
Huiles d'Olive Vierge Extra Premium



Balsamique de Modène
Vinaigre Balsamique



*Mais receitas em
www.galloportugal.com*

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide