



Prato Principal

Mimos de Pescada com Molho Bechamel



Ingredientes

1. 1 cebola
2. azeite q.b
3. 1 dente de alho
4. sal q.b
5. medalhões de pescada
6. pimenta preta
7. molho bechamel 770g
8. delícias do mar
9. camarão

Tempo: Aproximadamente 40 minutos

Dificuldade: Fácil

Modo de Preparação

1. Numa frigideira, colocar a cebola, o azeite e adicionar o alho descascado e sal
2. Adicionar os medalhões de pescada congelados e saltear até ganhar cor
3. Adicionar mais sal e pimenta preta
4. Acrescentar um tomate maduro
5. Retirar para uma travessa e adicionar o molho bechamel
6. Para finalizar adicionar o camarão e as delícias e levar ao forno por cerca de 30 minutos



Link do vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=3AODPWGFI7Y>