

Mar
Portuguez®
CONSERVAS DE CHEF

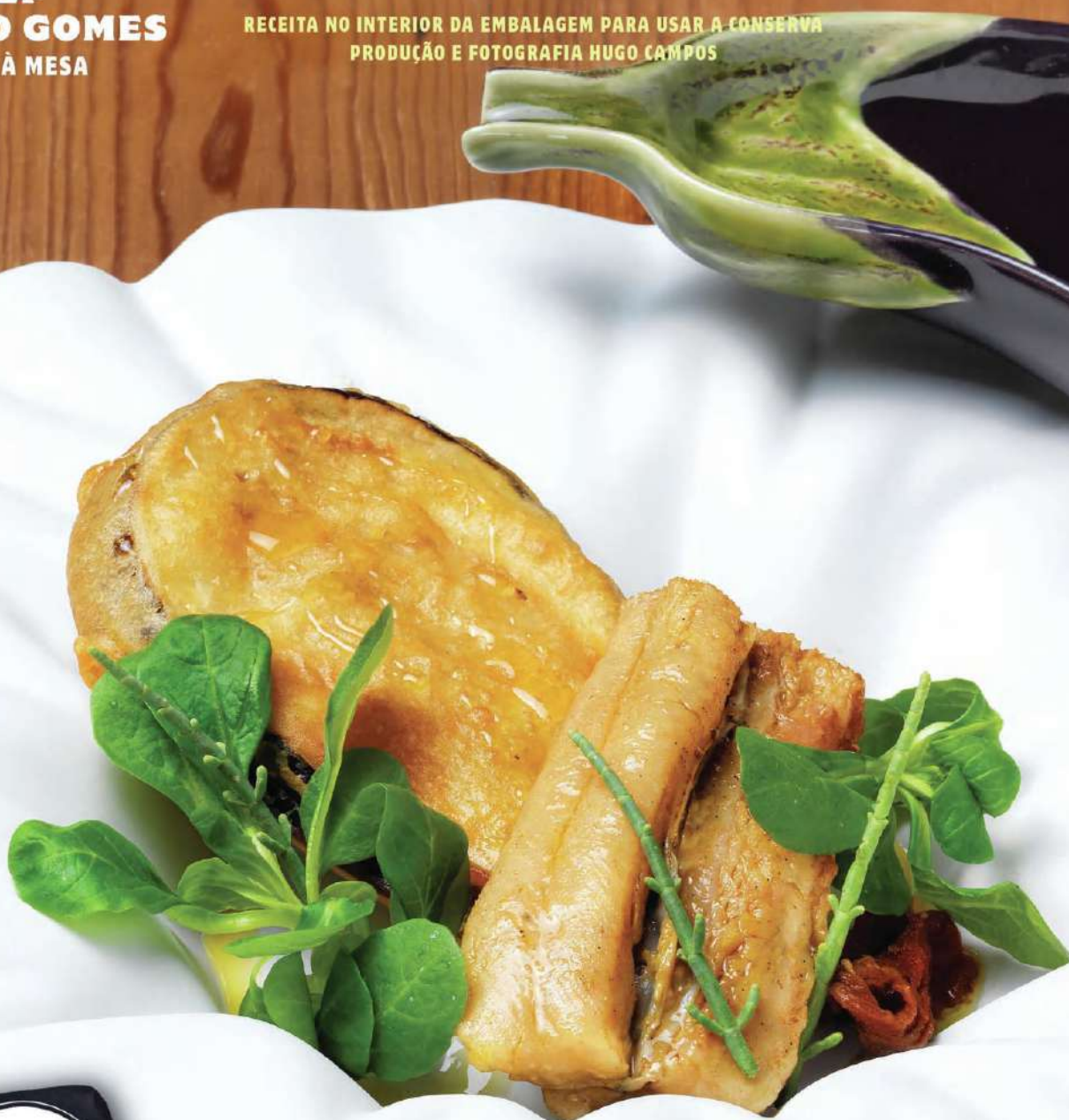


CHEF
BERTÍLIO GOMES
CHAPITÔ À MESA

Filetes de Peixe-Espada

com beringela frita
com mel de lima

RECEITA NO INTERIOR DA EMBALAGEM PARA USAR A CONSERVA
PRODUÇÃO E FOTOGRAFIA HUGO CAMPOS



WWW.PUBLICO.PT/MAR-PORTUGUEZ

Para 4 pax

400g de beringelas
2 colheres de sopa de mel
1 lima
150g de canónigos
1l de azeite
100g de farinha
qb flor de sal
4 latas de Conserva
"Mar Portuguez"
Polme:
140g de farinha
140g de amido de milho
30 g de fermento
20 cl de cerveja

Preparação

Cortar as beringelas em fatias longitudinais com 1 cm de espessura, temperar de sal e reservar, para que percam alguma água e ganhem sabor, passar por farinha e pela polme e fritar no azeite quente até estarem douradas. Juntar raspa e sumo de lima ao mel e verter fios de mel sobre a beringela, acompanhar com uma salada de canónigos temperada a gosto e com as conservas de peixe espada tomate confitado e salicórnia.
Preparação Polme: juntar os sólidos e envolver muito bem com a cerveja, juntar 4 pedras de gelo e reservar.

+3,20€
EM BANCA
10ª CONSERVA
P

Apoio:

VISTA ALEGRE
1824

Prato Tecido White by Vista Alegre
Beringela Travessa by Bordallo Pinheiro

ABELAEO
MONSTRO

Publico
P