



Bife de lombo de atum com crosta de salsinha frita



Categoria
Peixe



Tempo de preparação
Médio



Dificuldade
Médio



Custo
Médio



Com quem?
Com a família



Nº de pessoas
4 pessoas

Ingredientes

3 colheres de sopa de
Azeite Gallo Extra Virgem
Premium Colheita Madura

1 colher de café de
Pimenta À Base de Azeite
Gallo Extra Forte

- 4 bifes de lombo de atum
- 20 unidades de batatinha nova descascada
- 350g de mix de abobrinha, cenoura, tomate, uvas
- Q.b. de salsinha em ramo
- Q.b. de sal e pimenta do reino

Modo de preparação

1

Ferva as batatinhas durante 5 minutos.

2

Cortar todos os legumes em formato de bolinhas e saltear com 1 colher de sopa de Azeite Gallo Virgem Extra.

3

Junte as batatinhas e os legumes.

4

Tempere os bifes de atum com sal e pimenta do reino.

5

Frite com o restante do azeite, ficando mal passado no interior.

6

Retire o atum e o azeite restante e frite o ramo de salsinha muito rapidamente. Seque e sirva sobre o atum.

7

Pingue a Pimenta com Azeite Gallo Extra Forte antes de servir.

Produtos utilizados



Colheita Madura

Azeite de Oliva Extra Virgem Premium



Pimenta À Base de Azeite

Gallo Extra Forte

Pimenta à Base de Azeite

Veja também

Peixe Demorado Fácil

Salada de polvo com batatas e feijão verde

Peixe Médio Médio

Lulas grelhadas com ervas e malaquetas

Massas Médio Fácil

Linguini com cavala

Peixe Rápido Fácil

Bruschetta de sardinha à portuguesa

Peixe Médio Fácil

Atum com batatas e espargos



Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide