



Polvo com esmagada de batata doce e espinafres

Categoría
Peixe

Tempo de preparação
Demorado

Dificuldade
Médio

Custo
Médio

Com quem?
Com a família

Nº de pessoas
4 pessoas

Ingredientes

100ml de Gallo Azeite Extra
Virgem Premium Azeite
Novo 2019-2020

- 2,5kg de polvo congelado
- 500g de batata doce
- 125g de espinafres em folha
- 100g de cebola
- Q.b. de sal e pimenta

Modo de preparação

1

Coza o polvo em água e cebola cortada em quartos, até este estar macio.

2

Asse a batata doce e retire a polpa; de seguida, coloque em tacho e envolva os espinafres, temperando com sal e pimenta de moelho.

3

Corte as pernas do polvo, regue com o Azeite Novo e leve ao forno a tostar levemente.

4

Sirva sobre a esmagada de batata doce, e regue com o Azeite Novo retirado do forno.

Produtos utilizados



Azeite Novo 2019-2020

Azeite Virgem Extra Premium

Veja também

Tosta de cavala com laranja

✖ Peixe ⏱ Rápido 🍽 Fácil

Bagel com filete de atum e pickles de cebola roxa

✖ Peixe ⏱ Médio 🍽 Fácil

Torre de bacalhau de cebolada de pimentos e batatas laminadas

✖ Peixe ⏱ Rápido 🍽 Médio

Bacalhau à brás

✖ Peixe ⏱ Demorado 🍽 Fácil

Salada de polvo com batatas e feijão verde



Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide