

FARRAPO VELHO



CONFEÇÃO

1. Picar a cebola muito finamente e levar à Actifry com 1 medida de azeite, durante 7min na cuba com pá.
2. Enquanto isso desfiar o bacalhau, cortar a cenoura, batata, hortaliça e clara de ovo em pequenos pedaços.
3. Triturar a gema com o vinagre balsâmico e juntar tudo à cebola e deixar mais 5min na Actifry.
4. Bater um ovo com natas e leite, temperado com pimenta e acrescentar ao preparado anterior e deixar mais 3min.

INGREDIENTES

- APROVEITAR DO JANTAR DE VÉSPERA:
- 300G BACALHAU
- 1 OVO
- 1 CENOURA
- 1 BATATA
- 2 FOLHAS DE HORTALIÇA
- ACRESCENTAR:
- 1 CEBOLA
- 1 OVO
- 50 G NATAS
- 30 G LEITE
- 4 COLHERES DE SOPA DE VINAGRE BALSÂMICO
- 1 MEDIDA DE AZEITE
- PIMENTA PRETA Q.B.