

# Bacalhau da Noruega

Das águas frias e cristalinas da Noruega



Verdadeiros Clássicos?

[www.mardanoruega.com](http://www.mardanoruega.com)

# Bacalhau da Noruega Verdadeiro clássico à mesa dos portugueses

Das águas frias e cristalinas da Noruega chega-nos o melhor Bacalhau. Bem seco e curado, com cor palha, o Bacalhau da Noruega é preparado de modo tradicional e um verdadeiro clássico à mesa dos portugueses. Um peixe saudável e de qualidade superior, que pode ser confeccionado das mais variadas formas. Tudo depende da sua inspiração para tornar as receitas de sempre ainda mais saborosas.



Esalde o Bacalhau da Noruega em leite, obtendo um bacalhau mais macio e ainda mais saboroso.



COZER



ASSAR



PESSOAS



FÁCIL



20m

## INGREDIENTES

- 600g Bacalhau da Noruega
- 70g Cebola picada
- 2 Dentes de alho picado
- 350g Couve portuguesa
- 100g Cenouras em palitos
- 100g Nabo em palitos
- 30g Farinha
- 0,5dl Azeite virgem extra
- 100g Queijo Ilha ralado
- 0,5l Leite
- Sal marinho tradicional q.b.
- Pimenta de moinho q.b.
- Noz-moscada q.b.
- Cravinho q.b.

## PREPARAÇÃO

Esalde o bacalhau (previamente demolido) em leite. Escorra e lasque. Coe o leite e reserve. Faça um puxado em azeite com a cebola picada, o alho picado e as especiarias, junte a farinha e deixe cozer durante 10 minutos. Junte o leite e deixe cozinhar até obter uma textura espessa. Por fim, tempere com sal e pimenta. Escalde os legumes separadamente. Coloque num recipiente de forno, um fio de azeite, os legumes, o bacalhau, o molho e por fim o queijo ralado.

Leve ao forno a gratinar e sirva ainda quente.

## Bacalhau com todos e bechamel de especiarias



Posta média





O Bacalhau da Noruega é único. Bem seco e curado, só o Bacalhau da Noruega forma lascas bem definidas depois de cozinhado.



COZER



ASSAR



PESSOAS



FÁCIL



30m

## INGREDIENTES

### Bacalhau

- 600g Bacalhau da Noruega
- 8 Dentes de alhos em metades
- 1dl Azeite virgem extra
- Tomilho limão q.b.
- Rebentos de cebola q.b.

### Puré

- 250g Batata em cubos
- 200g Cogumelos paris em quartos
- 1,5dl Natas
- 1dl Caldo de galinha
- Sal marinho tradicional q.b.
- Pimenta de moinho q.b.

Sirva o puré, sobreponha as lascas de bacalhau, perfume com o molho resultante da cozedura do bacalhau e rebentos de cebola ou cebolinho picado.

## PREPARAÇÃO

Ferva os alhos em azeite, em lume brando, até que estes fiquem cozidos. Coloque os lombos de bacalhau com os alhos, o azeite e o tomilho limão num recipiente de forno e leve a assar tapado, em forno aquecido a 150°C durante 25 minutos. Retire o bacalhau e lasque-o. Retire os alhos e o tomilho limão. Bata o molho resultante com varas de arames até estar emulsionado.

Coza as batatas e os cogumelos nas natas e no caldo de galinha, leve tudo ao processador de alimentos e tempere com sal e pimenta.

Bacalhau lascado,  
puré de batata e cogumelos  
com rebentos de cebola



Posta alta



Demolhe o bacalhau: Passe-o por água corrente e coloque num recipiente com água fria, com a pele voltada para cima, mudando a água de 6 em 6 horas. Está pronto a confeccionar ou poderá congelar, retirando o excesso de água com um pano.



## INGREDIENTES

### Caldo

- 400g Bacalhau da Noruega
- 100g Poejos
- 2 Dentes Alho
- 4 Ovos
- 1l Água da cozedura do bacalhau
- Sal marinho tradicional q.b.
- Azeite virgem extra q.b.

### Guarnição

- 50g Uvas em metades
- Poejos em folha q.b.
- 200g Pão alentejano fatiado torrado

## PREPARAÇÃO

Coza o bacalhau (previamente demolido) em água temperada com azeite, sal e pimenta em lume brando. Lasque o bacalhau e coe a água.

Esmague os poejos e os alhos no almofariz e junte este preparado à água da cozedura do bacalhau. Leve o caldo ao lume e junte os ovos, previamente batidos, mexendo sempre até se desligarem. Tempere de sal e pimenta.

Coloque uma fatia de pão no centro do prato, sobreponha as lascas de bacalhau e repita esta operação três vezes. Termine a composição com algumas uvas sem grainhas. Junte o caldo e perfume com um raminho de poejo.

## Poejada de bacalhau com uvas frescas



Posta média



Igualmente saborosas, as postas finas de bacalhau são ideais na preparação de receitas simples e económicas.



COZER



FRITAR



PESSOAS



FÁCIL



20m

## INGREDIENTES

### Bacalhau

- Bacalhau
- 200g Bacalhau da Noruega cozido
- 150g Castanha cozida
- 20g Ovas de Salmão da Noruega
- 50g Cebola Picada
- 2 Gemas
- Azeite virgem extra q.b.
- Salsa picada q.b.
- Sal marinho tradicional q.b.
- Pimenta de moinho q.b.

### Salada

- 4 Tomates cereja
- 100g Feijão-frade cozido
- 50g Cebolinha nova laminada
- Salsa em juliana q.b.
- Azeite virgem extra q.b.
- Vinagre de vinho tinto q.b.
- Flor de sal q.b.

Sirva a salada em prato raso e sobreponha os pastéis.

## Pastéis de bacalhau com castanha e salada de feijão-frade

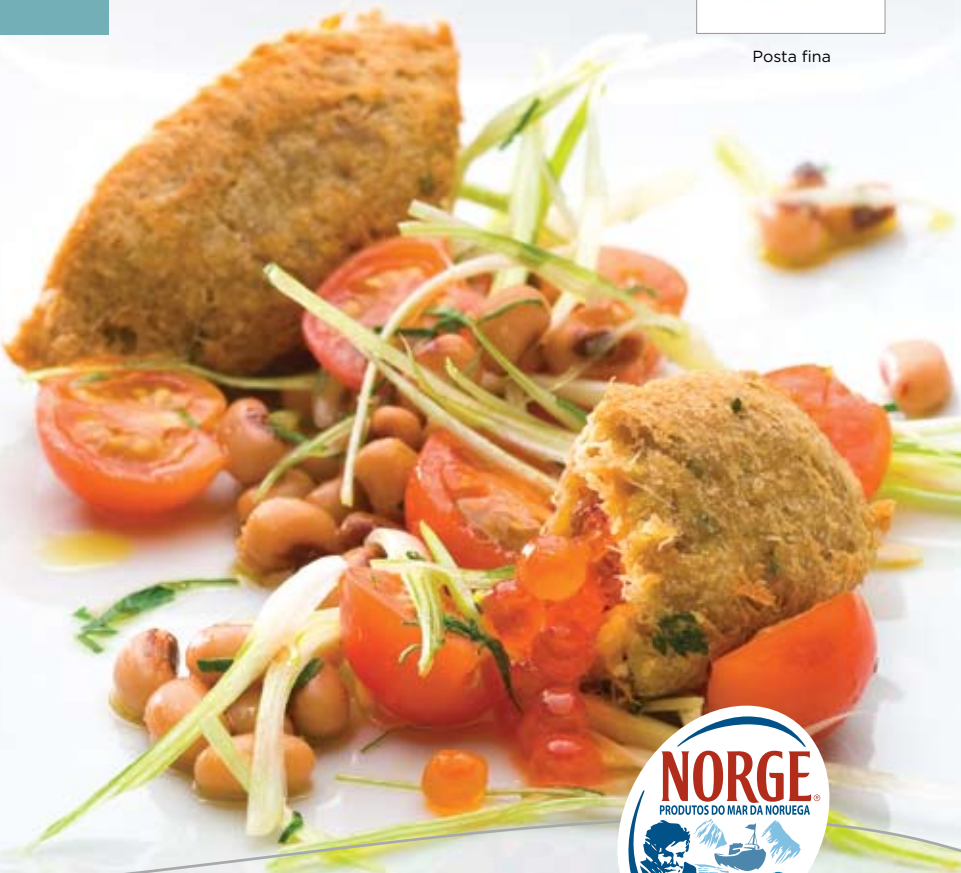


Posta fina

## PREPARAÇÃO

Desfie o bacalhau esfregando-o num pano.  
Passe a castanha pelo passe-vite.  
Envolva todos os ingredientes com exceção das ovas.  
No momento de moldar os pastéis, coloque um pouco das ovas no seu interior e frite em banho de azeite.

Corte o tomate a meio, marine a cebola com azeite e vinagre temperada com sal. Por fim envolva o feijão com o tomate, a cebola e a salsa.



A **Norge, Conselho Norueguês das Pescas**, com representação em vários países, incluindo Portugal, é a organização representante dos exportadores de peixe da Noruega, tendo como principal objectivo promover o consumo dos melhores produtos do Mar da Noruega.

Por isso mesmo, colaboramos com as autoridades norueguesas, no sentido de proteger as espécies marinhas que habitam a zona Ártica, o berço do peixe que alimenta a Europa. Um esforço continuado, conseguido através da combinação de inovações técnicas e a tradição pesqueira norueguesa, para manter uma **pescas sustentável**, preservando as características únicas de espécies como o Bacalhau e Salmão, muito apreciadas em Portugal.

Agora que já sabe que **Norge** não é uma marca de Bacalhau, mas o representante de todos os exportadores de peixe da Noruega, sempre que comprar Bacalhau, certifique-se que escolhe o genuíno, o da Noruega.

