

# LOMBO DE BACALHAU COM PALMITO

## INGREDIENTES

2 kg de lombo de bacalhau dessalgado em postas  
600 g de palmito de açáí em conserva  
3 cebolas grandes em pétalas  
4 colheres de sopa de azeite de oliva extra virgem  
20 g de cheiro verde  
3 dentes de alho em lâminas  
100 g de azeitonas pretas “picadinha”  
50 g de parmesão ratado (fino)  
100 g de parmesão ralado (grosso)  
300 ml de leite frio  
40 g de manteiga  
50 g de farinha de trigo  
2 folhas de louro

## MODO DE PREPARO

Peixe:

Meia hora antes tempere as postas com o sal e a pimenta-do-reino a gosto.

Cebolada:

Em uma panela aquecida coloque 2 colheres de azeite de oliva, junte a cebola em pétalas, o alho e as folhas de louro. Cozinhe até a cebola ficar mole e levemente “moreninha”.

Separe e guarde.

Molho de Palmito:

Em uma panela, derreta a manteiga, mexendo com a ajuda de um fouet.

Junte a farinha e continue mexendo, deixe cozinhar por 5 minutos.

Acrescente leite aos poucos, sempre mexendo.

Adicione o parmesão ralado (fino).

Rale a noz-moscada diretamente na panela e acrescente sal a gosto.

Depois é só mexer até obter o ponto.

Acrescente o palmito cortado em pequenos toletes.

Montagem:

Numa forma refratária disponha o bacalhau e espalhe sobre as postas a cebolada.

Termine a cobertura com o cheiro verde.

Espalhe 2 colheres de azeite de oliva por toda a forma refratária.

Cubra com papel alumínio e leve ao forno por 40 minutos.

Retire do forno, retire o excesso de azeite e eventualmente de água que restaram na forma.

Verta na forma todo o molho de palmito e cubra com o parmesão ralado (grosso).

Espalhe sobre tudo as azeitonas pretas.

Retorne ao forno para gratinar por quinze minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/35727-lombo-de-bacalhau-com-palmito.html>