

NINHOS DE BACON EXTRA E OVO

1 PESSOA

Fatias Bacon

Extra Primor 4 unidades

Ovos 2 unidades

Azeite 2 c. sopa

Broa de milho (20g)

Folhas de espinafre (20g)

Alho 1 dente

Sal q.b

Pimenta q.b



Sabia que os espinafres são ricos em vitaminas (A, ácido fólico, C e K), minerais (ferro, cálcio, magnésio, potássio), fibras e ácidos gordos polinsaturados?

PREPARAÇÃO

Ligar o forno a 180° C

Picar a broa de milho e o alho e saltear numa colher de sopa de azeite.

Juntar as folhas de espinafre e envolver.

Forrar as paredes de duas formas de queque com o Fatias de Bacon Extra Primor.

Colocar as migas de broa no fundo das formas.

Abrir os ovos para dentro das formas de queque e levar ao forno cerca de 8 minutos dependendo do ponto de cozedura dos ovos desejado (idealmente devem ficar pouco cozidos). Servir acompanhado por salada de alface e tomate.

by chef Nuno Inverneiro

