



## Filetes de Pangasius



O Pangasius é uma espécie muito apreciada pela sua carne branca e textura suave.

Os Filetes de Pangasius da Pescanova **não têm pele, nem espinhas\*** e são ultracongelados através do **sistema de congelação IQF**, que permite uma congelação mais rápida e individual das peças.

Este produto deve ser cozinhado antes do seu consumo.

\*Embora as espinhas sejam cuidadosamente retiradas, excepcionalmente poderá encontrar alguma



**Tacho**  
10 min.



**Forno**  
10 min.



**Frigideira**  
8 min.

Onde comprar:

- Auchan
- Continente
- Coviran
- Dia/Minipreço
- E.Leclerc
- Intermarché
- Makro
- Pingo Doce
- Comércio tradicional



## Receitas



**Filetes com Pesto de Manga e Salada de Canónigos**



**Filetes de Pangásio ao Mel, Mostarda e Alecrim**



**Filetes de Pangásio com Crocante de Amendoim e Mel**



**Filetes de Pangásio com Crosta de Frutos Secos**



**Filetes de Pangásio com Espinafres**



**Filetes de Pangásio com Migas de Caldo Verde**



**Filetes de Pangásio com Mostarda e Nozes**



**Filetes de Pangásio com Salada de Tomate**