



Arroz de Marisco à Pescanova



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 30-
60 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. de Preparado para Arroz de Marisco Sem Glúten Pescanova
- 1 emb. de Miolo de Camarão 80/100 Pescanova
- 1 cebola grande
- 1 dente de alho
- 1 c. sopa de cebola
- 1 tomate maduro
- Sal, coentros e piri-piri q.b.
- 1 cháv. de água
- 1 cháv. de arroz

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
358 Kcal	40 g	32 g	8 g

Preparação

1. Refogue no azeite a cebola e o dente de alho bem picados, até alourar. Pele o tomate, pique-o e adicione-o ao refogado.
2. Descongele uma o Arroz de Marisco Pescanova. Junte os mariscos ao refogado e mexa. Com o lume brando, tape o tacho e deixe apurar durante 5 min. Adicione as chávenas de água quente e o molho que vem na bolsa dentro da embalagem de Arroz de Marisco Pescanova e junte ao marisco.
3. Quando começar a ferver junte o arroz e mexa. Quando retomar a fervura, deixe cozer tapado durante 10 min. Cerca de 5 min. antes de terminar a cozedura, adicione o miolo de camarão descongelado. Retire do lume e junte os coentros picados.

Produtos Associados



**Preparado para
Arroz de
Marisco Sem
Glúten**
500 g



**Miolo de
Camarão 80/100**
350 g



**Miolo de
Camarão
Grande 40/60**
200 g