Veja mais receitas em
www.pescanova.pt

Barrinhas Ómega 3 com Salada Quente

Dificuldade	Tempo	Nº de pessoas
Fácil	Entre 15-30 min	2 Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. de Barrinhas de Pescada Ómega 3 Pescanova
- 200 g de favas finas
- 200 g de Feijão Verde Plano
- pimento encarnado
- tomilho
- cebola
- azeite

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
308,4 Kcal	**31,9** g	**21,9** g	**10,4** g

Preparação

1. Cozinhe as Barrinhas de Pescada Ómega 3 no forno, ou frite, segundo as instruções da embalagem.

2. Coza as Favas Finas e o Feijão verde. Corte a cebola em gomos.

3. Numa frigideira aqueça o azeite e frite a cebola até ficar translúcida. Junte as favas, o pimento em cubos e o feijão e salteie.

4. Sirva esta salada quente aromatizada com folhas de tomilho.

Produtos Associados

Barrinhas de Pescada Panada 1,2 kg

1,2 kg

Barrinhas de Pescada Panada Ómega 3

450 g