



Hambúrger de Bacalhau Desfiado Pescanova By Pedro Ribeiro



Ingredientes

- 400 g de Bacalhau Desfiado Pescanova
- 2 cebolas picadas
- 1 pimento vermelho picado
- coentros
- 50 g de cogumelos picados
- 50 g de courgette picada
- pimenta acabada de moer
- 2 ovos para ligar os restantes ingredientes



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 15-30 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
125 Kcal	5 g	18 g	3,8 g

Preparação

1. Faça uma pasta com todos os ingredientes.
2. Forme um hamburger.
3. Leve ao forno por 8 minutos.
4. Sirva com Batata Doce e Maionese de Manjeriço.

Produtos Associados



**Bacalhau
Desfiado**

400 g