Veja mais receitas em
www.pescanova.pt

Massada de Vinagrete Seafood Mix Pescanova

Dificuldade	Tempo	Nº de pessoas
Fácil	Entre 15-30 min	4 Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. de Seafood Mix 350 g Pescanova
- 400 g massa macarronete riscado
- 1 cebola média
- 2 tomates médios
- 1/4 pimento amarelo; 1/4 pimento verde
- azeite e vinagre de cidra q.b.
- salsa e pimenta preta q.b.
- sal e flor de sal q.b.

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
322 Kcal	**38** g	**18** g	**11** g

Preparação

1. Coza a massa al dente em água abundante com sal. Escorra e passe por água fria para parar a cozedura. Reserve.

2. Sem descongelar, num escorredor, passe a Seafood Mix em água fria corrente durante 1 min. Leve a cozer em água com sal aprox. 3 min. depois de levantar fervura. Escorra e reserve para arrefecer.

3. Corte a cebola, os tomates e os pimentos em cubos com aprox. 1/2 cm. Pique a salsa grosseiramente.

4. Numa taça misture tudo e tempere com azeite e vinagre abundante, flor de sal e pimenta moída na hora, e sirva.

Nota: Se gostar da massada de vinagrete fria, leve ao frigorífico (tapada com película aderente), mas tempere apenas antes de servir.

Produtos Associados

Preparado para Mariscada Sem Glúten

1 kg

Preparado para Mariscada Sem Glúten

500 g

Preparado para Arroz de Marisco Sem Glúten

500 g