



Nuggets de Pescada com Salada 3 Sabores



Ingredientes

- 1 emb. de Nuggets de Pescada Pescanova
- 50 g de Rúcula
- Milho Doce
- 8 Tomates bérri
- 1 c. de sopa de Mel
- 1 Limão



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 15-
30 min



Nº de pessoas
3 Pessoas

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
246,3 Kcal	40,9 g	11,3 g	4,7 g

Preparação

1. Cozinhe os Nuggets no forno de acordo com as instruções na embalagem. Acompanhe com uma salada de rúcula, milho (previamente cozido) e tomate.
2. Tempere com uma emulsão de mel e sumo de limão.

Receita sem glúten.

Produtos Associados



**Nuggets de
Pescada Panada
Sem Glúten**

1 kg



**Peskitos de
Pescada Panada
Sem Glúten**

1 kg



**Pescadinhos de
Pescada Panada**

800 g



**Pescada Panada
Forma Posta à
Sevilhana**

1 kg



**Mimos de
Pescada Panada
Alho e Salsa**

360 g



**Filetes Forno em
Farinha e Ovo,
Sem Glúten**

320 g