



# Nuggets de Pescada com Salada de Abacate e Tomate



## Ingredientes

- 300 g Nuggets de Pescada Pescanova
- 1 abacate cortado aos cubos
- 100 g salada mista
- 10 tomates cherry em quartos
- 50 g queijo fresco
- 1 colher de sumo de limão
- 3 colheres de natas
- 1 cebolinho picado; sal q.b.



Dificuldade  
Fácil



Tempo  
Menos de  
15 min



Nº de pessoas  
2 Pessoas

## Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
359 Kcal	21 g	15 g	24 g

## Preparação

1. Para o Molho: numa taça, misture o queijo, a nata, o cebolinho picado e um pouco de sal até formar o molho. Reserve.
2. Prepare os Nuggets de Pescada no forno consoante as instruções da embalagem.
3. Corte o abacate em pedaços e regue com o sumo de limão.
4. Espalhe a salada mista no prato, cortada em juliana, decorando com os tomates, o abacate e os Nuggets de Pescada. Por último, polvilhe com um pouco de sal e regue com o molho.

## Produtos Associados



**Nuggets de  
Pescada Panada  
Sem Glúten**

1 kg



**Peskitos de  
Pescada Panada  
Sem Glúten**

1 kg



**Pescadinos 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