



# Pescadinhas Fritas Aromáticas com Arroz de Três Pimentos



## Ingredientes

- 1 emb. de Pescadinha do Cabo 1 kg Pescanova
- farinha de trigo q.b.
- azeite e sal q.b.
- pimenta preta q.b.
- leite q.b.
- 1 limão pequeno
- pão ralado q.b.
- tomilho fresco q.b.



Dificuldade

Fácil



Tempo

Menos de  
15 min

Nº de pessoas

4 Pessoas

## Preparação

1. Descongele as Pescadinhas.
2. Num prato raso, prepare a farinha temperando com sal e pimenta preta moída na hora. Noutro coloque leite temperado com raspa de limão. E noutro prepare pão ralado misturado com tomilho picado.
3. Passe as Pescadinhas primeiro pelo leite, depois pela farinha, outra vez pelo leite e logo de seguida pelo pão ralado.
4. Leve a fritar em azeite bem quente durante 5-7 min., virando a meio.
5. Sirva com arroz de três pimentos.

## Produtos Associados



**Postas de  
Pescada nº 3 do  
Cabo**

600 g



**Postas de  
Pescada nº 5 do  
Chile**

800 g