Veja mais receitas em
www.pescanova.pt

Salada Alentejana de Bacalhau Desfiado com Poejos

Dificuldade
Fácil

Tempo
Entre 30-60 min

Nº de pessoas
4 Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. de Bacalhau Desfiado Pescanova
- 1 pimento vermelho assado
- 2 cebolinhas laminadas
- 2 dentes de alho laminado
- azeitonas
- sal e pimenta q.b.
- azeite q.b.

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
248,8 Kcal	**2,3** g	**13,9** g	**20,5** g

Preparação

1. Descongele o Bacalhau Desfiado e grelhe na chapa.
2. Corte o pimento assado em tiras e junte a cebola, o alho e as azeitonas.
3. Envolva o Bacalhau Desfiado, tempere com sal e pimenta moída na altura.
4. Regue com azeite aquecido aromatizado com poejos.

Produtos Associados

Bacalhau Desfiado

400 g