

Salada de Delícias do Mar com Queijo Feta





Fácil



Tempo Menos de 15 min



Nº de pessoas 2 Pessoas

Ingredientes

- 100 g de Delícias do Mar Pescanova
- ½ pimento amarelo
- 30 g de cubos de queijo feta
- 12 azeitonas
- 12 alcaparras
- rúcula
- molho pesto
- orégãos

Molho Pesto

- 25 g de coentros
- 5 g de manjericão
- 2 dl de azeite
- 10 g parmesão
- 1 dente de alho

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
315,8 Kcal	8,9 g	10,7 g	26,5 g

Preparação

- 1. Corte as delícias e o pimento.
- 2. Numa cama de rúcula disponha todos os ingredientes e regue com o molho pesto.
- 3. Aromatize com oregãos.

Produtos Associados





450 g



Delícias do Mar Sem Glúten

250 g



Delícias do Mar ZERO% Açúcar

250 g