Veja mais receitas em
www.pescanova.pt

Salmão Grelhado com Brócolos

Dificuldade	Tempo	Nº de pessoas
Fácil	Entre 15-30 min	4 Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. de Brócolos Pescanova
- 1 emb. de Medalhões de Salmão Pescanova
- 450 g de cogumelos inteiros
- 1 dente de alho
- manteiga
- sumo de 1 limão
- salsa
- sal e pimenta q.b.

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
231 Kcal	**2,2** g	**25,5** g	**13,3** g

Preparação

1. Tempere os Medalhões de Salmão Pescanova com sal, pimenta e sumo de limão e deixe marinar. Leve o Salmão a grelhar. Salteie os cogumelos em manteiga e alho. Coza os brócolos em água temperada com sal.

2. Num prato de servir, disponha os Medalhões de Salmão Pescanova, os brócolos e os cogumelos.

3. Regue os Medalhões de Salmão Pescanova com a manteiga onde fritou os cogumelos e polvilhe com salsa picada.

Produtos Associados

Brócolos

400 g

Medalhões de Salmão

400 g