



## Argolas do Mar



Tacho  
1-3 min.



Frigideira  
3 min.

Por 100 g congelado:

453 Kj  
107 kcal

5%

Dose de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

As deliciosas Argolas do Mar Pescanova, preparadas a partir de pota e ultracongeladas de imediato, têm uma textura suave e um sabor agradável e permitem preparar refeições nutritivas e económicas, sempre cheias de sabor.

Prepare refeições como Jardineiras, Feijoadas, Massadas, ou Quiches, entre outras.

São ainda perfeitas para quem procura uma alimentação cuidada, porque não têm gordura e ficam cozinhadas no ponto em **apenas 3 minuto**.

Este produto deve ser cozinhado antes do seu consumo.

Onde Comprar:

- Auchan
- Continente
- Dia/Minipreço
- E.Leclerc
- El Corte Inglés
- Intermarché
- Pingo Doce
- Comércio Tradicional

**BAIXO**  
EM GORDURA

## Produtos Associados



**Argolas do Mar**

Embalagem: 1 kg

## Receitas



**Argolas do Mar  
à Provençal**



**Argolas do Mar  
al Ajillo**



**Argolas do Mar  
Com Amêndoas  
e Laranja**



**Argolas do Mar  
com Côco e Caril**



**Argolas do Mar  
com Natas**



**Argolas do Mar  
de Fricassé**



**Argolas do Mar  
em Caril de  
Legumes**



**Argolas do Mar  
em Tomatada  
Mediterrânea**