



Cubos de Tamboril



O tamboril é um peixe muito apreciado pela sua carne firme e paladar refinado.

Os Cubos de Tamboril da Pescanova já vêm convenientemente cortados, sem pele e sem espinhas.

São muito práticos, o que lhe permite minimizar esforço e tempo, não havendo qualquer desperdício de peixe.

**BAIXO
EM GORDURA**



Tacho
10-15 min.

Por 100 g congelado:

307 Kj
72 kcal

4%

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

Receitas



**Arroz de
Tamboril com
Camarão
Selvagem**



**Arroz de
Tamboril
Pescanova**



**Cataplana de
Peixe**



**Crema de Miolo
de Camarão**



**Cubos de
Tamboril à
Bulhão Pato**



**Cubos de
Tamboril com
Brócolos Fritos**



**Cubos de
Tamboril com
Molho de
Beringela e
Espinafres**



**Cubos de
Tamboril no
Forno**