



## Filetes Forno com Limão



Este succulento produto é produzido apenas com a melhor pescada, à qual juntamos um fino e delicioso panado temperado em seguida com limão.

Para preparar frito ou no forno.

Rápido, conveniente e saboroso!

Feito com filete de pescada, este delicioso e succulento produto é por isso uma **Fonte Natural de Ómega 3 EPA e DHA.**



Forno  
15 min.



Frigideira  
4 min.



Por 1 Filete (100g) no forno:

793 Kj  
189 kcal

9%

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

## Produtos Associados



**Filetes Forno  
com Ervas  
Aromáticas**

Embalagem: **400 g**



**Filetes Forno  
com Alho e Salsa**

Embalagem: **400 g**



**Filetes Forno  
com Ervas  
Orientais**

Embalagem: **400 g**



**Filetes Forno  
com Tomate &  
Manjericão**

Embalagem: **400 g**



**Filetes Forno em  
Farinha e Ovo,  
Sem Glúten**

Embalagem: **320 g**



**Filetes Forno  
com Pimenta  
Preta & Limão**

Embalagem: **400 g**

## Receitas



**Filete com Ervas Aromáticas e Ratatouille de Legumes**



**Filete de Pescada Panado com Limão e Espargos**



**Filetes aos Dois Citrinos com Arroz de Grelos**



**Filetes aos Quatro Queijos com Orégãos**



**Filetes com Caril à Lima e Coentros**



**Filetes com Caril ao Coco**



**Filetes com Caril, em cama de Esparguete de Curgete Salteado**



**Filetes com Caril, Salada de Espinafres Baby e Ananás Grelhado**