



Redondos de Pescada do Cabo



Os Redondos de Pescada do Cabo da Pescanova são seleccionados a partir da melhor pescada do Cabo, capturada nas águas frias da Namíbia e ultracongelada em alto mar.

Com uma carne branca, textura suave, baixo teor de gordura e fonte natural de proteínas e de **Ómega-3**, os Redondos de Pescada da Pescanova não tem pele nem espinhas* e apresentam-se numa embalagem de 400g, sempre com 6 unidades.

O seu formato redondo permite uma grande variedade de receitas.

*Embora as espinhas sejam cuidadosamente retiradas, excepcionalmente poderá encontrar algumas.



Tacho
10 min.



Forno
10 min.



Frigideira
8 min.

Por 100 g congelado:

324 Kj
77 kcal

4%



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

Produtos Associados



Mimos de Pescada do Cabo

Embalagem: 1 kg

Receitas



Medalhões de Pescada com Risotto de Cogumelos by Chef Miguel Mesquita



Redondos de Pescada com Juliana



Redondos de Pescada com Legumes Salteados



Redondos de Pescada em Pão com Sésamo



Redondos de Pescada em Papillotes à Mediterrânea



Redondos de Pescada Estufados



Redondos de Pescada Margherita com Salada



Redondos de Pescada no Forno