



# Barrinhas Ómega 3 com Salada Quente



## Ingredientes

- 1 emb. de Barrinhas de Pescada Ómega 3 Pescanova
- 200 g de Favas Finas 400 + 100 g Pescanova
- 200 g de Feijão Verde Plano 750 g Pescanova
- pimento encarnado
- tomilho
- cebola
- azeite

Dificuldade



Fácil

Tempo



Entre 15-30 min

Nº de pessoas



2 Pessoas

## Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
<b>308,4</b> Kcal	<b>31,9</b> g	<b>21,9</b> g	<b>10,4</b> g

## Preparação

1. Cozinhe as Barrinhas de Pescada Ómega 3 no forno, ou frite, segundo as instruções da embalagem.
2. Coza as Favas Finas e o Feijão verde. Corte a cebola em gomos.
3. Numa frigideira aqueça o azeite e frite a cebola até ficar translúcida. Junte as favas, o pimento em cubos e o feijão e salteie.
4. Sirva esta salada quente aromatizada com folhas de tomilho.

## Produtos Associados

---



### **Barrinhas de Pescada Panada Ómega 3**

Embalagem: **900 g**