



## Caril de Delícias do Mar

RECEITA DE  
CONSUMIDOR



Dificuldade  
Fácil



Tempo  
Entre 15-  
30 min



Nº de pessoas  
2 Pessoas

### Ingredientes

- 1 emb. de Delícias do Mar 250 g Sem Glúten Pescanova
- 1 cebola
- azeite e sal q.b.
- caril em pó
- tomate pelado
- 1 pacote de leite de coco
- coentros

### Preparação

1. Retire as Delícias do Mar do congelador.
2. Num tacho refogue a cebola com o azeite e adicione o tomate pelado.
3. Junte o pó de caril e de seguida o leite de coco.
4. Deixe ferver bem, mexendo sempre. Corte as Delícias do Mar em pedaços, e envolva tudo.
5. Por fim coloque coentros frescos a gosto e sirva com arroz branco.

## Produtos Associados



### Delícias do Mar Sem Glúten

250 g