



# Carrinho de Barrinhas Ómega 3 no Forno



Dificuldade



Fácil

Tempo



Entre 15-30 min

Nº de pessoas



4 Pessoas

## Ingredientes

- 1 emb. de Barrinhas de Pescada Ómega 3 Pescanova
- Puré de Batata Pescanova
- 8 folhas de alface; 4 tomates cereja
- 2 fatias de queijo flamengo
- 4 ovos
- 2 hastes de cebolinho
- azeite e vinagre de cidra q.b.
- flor de sal e maionese q.b.

## Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
410 Kcal	34 g	22 g	20 g

## Preparação

1. Cozinhe as Barrinhas de Pescada Ómega 3, no forno, conforme as instruções da embalagem.
2. Prepare o puré para fazer a nuvem e coza os ovos para aproveitar a gema para o sol.
3. Corte a alface em juliana, para a relva e divida os tomates cereja ao 1/2, para utilizar nas rodas do carro. Corte um retângulo de queijo para fazer a janela do carro. Corte as hastes de cebolinho para dividir a janela do carro e para servirem de antena.
4. Decore as rodas com uma gota de maionese. Corte a gema do ovo para fazer o sol. Tempere a alface com azeite, vinagre e flor de sal.
5. Disponha tudo nos pratos. E tenha uma refeição em família divertida!

# Produtos Associados



**Barrinhas de Pescada Panada Ómega 3**  
Embalagem: **450 g**



**Barrinhas de Pescada Panada Ómega 3**  
Embalagem: **900 g**