



Cestos de Delícias do Mar



Ingredientes

- 1 emb. de Delícias do Mar 450g Pescanova
- 6 tomates
- 3 ovos cozidos picados
- coentros
- maionese
- sal e pimenta q.b.
- piri-iri (facultativo)

Dificuldade



Fácil

Tempo



Entre 30-
60 min

Nº de pessoas



3 Pessoas

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
245,9 Kcal	19,3 g	14 g	13 g

Preparação

1. Escolha 6 tomates rijos, mas maduros, para rechear. Corte-lhes uma rodela da parte de cima e retire as sementes com uma colher de chá. Polvilhe com sal e uma pitada de açúcar, para anular a acidez.
2. Meia hora depois, coloque-os voltados, sobre um pano, a fim de escorrer toda a humidade. Numa tigela, misture os ovos e as Delícias do Mar com a maionese, tempere de sal, pimenta e piri-iri.
3. Encha as cavidades dos tomates com este recheio e enfeite-os por cima com coentros picados.

Produtos Associados



Delícias do Mar
Sem Glúten
Embalagem: **450 g**