



Cocktail Suave de Gambão, Tomate e Pepino



Ingredientes

- 1 emb de Miolo de Gambão 20/40 Pescanova
- 2 limas (sumo)
- Sal q.b.
- Azeite q.b
- 1 pepino
- 2 cháv. de rúcula
- 4 tomates de rama
- 4 c. sopa de molho cocktail

Dificuldade



Fácil

Tempo



Menos de
15 min

Nº de pessoas



4 Pessoas

Preparação

1. Tempere o Gambão com o sumo de lima, sal a gosto e deixe marinar cerca de 10 minutos.
2. Num grelhador com um fio de azeite salteie o Gambão até ficar bem corado de ambos os lados. Retire e reserve.
3. Em quatro pratos iguais faça uma cama com o pepino cortado em fatias finas longitudinais, seguido da rúcula e do tomate cortado em cubos médios. Finalize com uma colher de molho cocktail e o gambão salteado. Se preferir uma alternativa mais saudável regue apenas com um fio de azeite e vinagre balsâmico.

Produtos Associados



**Miolo de
Gambão (20/40)**

Embalagem: **200 g**