



# Filetes com Ervas Aromáticas com Cenourinhas e Chalotas



## Ingredientes

- 1 emb. de Pescada Panada em Forma de Filete com Ervas Aromáticas Pescanova
- 6 chalotas
- 2 cenouras
- 2 c. de sopa de azeite
- Sal e pimenta preta q.b.

Dificuldade



Fácil

Tempo



Entre 15-30 min

Nº de pessoas



4 Pessoas

## Preparação

1. Disponha os filetes ainda congelados no tabuleiro do forno forrado com papel de alumínio, sem os sobrepor.
2. Numa taça misture as cenouras descascadas e cortadas em palitos e as chalotas cortadas em quartos temperadas com o azeite, sal e pimenta preta a gosto. Depois, distribua em redor dos filetes e cozinhe em forno pré-aquecido a 200° por 15 a 20 min. aprox. (dependendo do forno).
3. Sirva quente.

# Produtos Associados



**Filetes Forno  
com Limão**

Embalagem: **400 g**



**Filetes Forno  
Tipo Caseiro,  
Sem Glúten**

Embalagem: **320 g**



**Filetes Forno  
com Caril**

Embalagem: **400 g**