Veja mais receitas em
www.pescanova.pt

Fishburgers de Pescada em Pão com Sésamo

Dificuldade	Tempo	Nº de pessoas
Fácil	Entre 30-60 min	2 Pessoas

Ingredientes

- 2 Fishburgers de Pescada 300g Pescanova
- 2 pães com sementes de sésamo
- alface q.b.; 1 tomate
- 1/2 cháv. chá de cornflakes s/ açúcar
- farinha q.b.; 1 ovo

molho:

- 4 c. sopa de maionese;
- 1 c. sopa de ketchup
- 4 *cornichons*

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
459 Kcal	**52** g	**24** g	**20** g

Preparação

1. Deixe descongelar os Fishburgers de Pescada, passe por farinha, ovo batido e cornflakes triturados. Leve ao forno a 180º aprox. 25 min.

2. Prepare o molho. Pique grosseiramente os *cornichons* e envolva com a maionese e o ketchup.

3. Sobre metade do pão coloque a alface, o tomate em rodelas, o molho e, por fim, o Fishburger de Pescada. Decore com *cornichons* laminados.

Produtos Associados

Fishburgers de Pescada

300 g