



## Folhado de Peixe com Tomate



Dificuldade



Difícil

Tempo

Entre 30-  
60 min

Nº de pessoas

5 ou +  
Pessoas

### Ingredientes

- 1 emb. de Medalhões de Pescada do Cabo Pescanova
- 1 emb. de Miolo de Camarão 80/100 Pescanova
- 100 g de Cebola Picada Pescanova
- 1 c. sopa de Alho Picado Pescanova
- 1 emb. massa folhada congelada
- 2 dl azeite; 50 g margarina
- 2 tomates pelados; 1 ovo
- sal e pimenta q.b.

### Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
459 Kcal	18 g	19 g	35 g

### Preparação

1. Leve o azeite ao lume com o alho picado e a cebola. Quando começar a alourar, junte os Medalhões de Pescada e o Miolo de Camarão. Misture com uma colher de pau de modo a desfiar os Medalhões de Pescada.
2. Disponha a Massa Folhada cortada em 3 quadrados. Pincele os bordos com a margarina, reparta o preparado pela massa, junte o tomate picado e feche em forma de envelope. Pincele cada rectângulo com ovo e leve ao forno a 200° por 20 min.
3. Acompanhe com salada de alface.

## Produtos Associados

---



**Medalhões de  
Pescada do  
Cabo**

Embalagem: **400 g**



**Medalhões de  
Pescada do  
Cabo**

Embalagem: **1 kg**



**Miolo de  
Camarão 80/100**

Embalagem: **350 g**