



Medalhões de Pescada com Cogumelos e Espargos ao Tomilho



Ingredientes

- 1 emb. de Medalhões de Pescada 400 g Pescanova
- Sal q.b.
- 1/2 limão
- Azeite q.b.
- 200 g de cogumelos
- 1 molho de espargos verdes
- 200 g de tomates cereja (pequenos)
- Tomilho fresco q.b.

Dificuldade



Fácil

Tempo

Entre 15-
30 min

Nº de pessoas



4 Pessoas

Preparação

1. Descongele os medalhões de pescada e tempere com sal e sumo de limão.
2. Num wok, salteie em azeite os cogumelos (limpos) cortados em quartos, os espargos (sem os talos e as partes fibrosas) cortados em pedaços e os tomates cereja inteiros. Junte tomilho, mexa, adicione os medalhões, afastando os legumes, e deixe cozinhar 4 min. de cada lado aprox., adicionando um fio de azeite extra se necessário.
3. Sirva quente, salpicado com raspa de limão.

Produtos Associados



Medalhões de Pescada do Cabo

Embalagem: 2 kg



Medalhões de Pescada do Cabo

Embalagem: 400 g



Medalhões de Pescada do Cabo

Embalagem: 1 kg