



Medalhões de Salmão com Laranja



Ingredientes

- 1 emb. de Medalhões de Salmão Pescanova
- 1 emb. de Puré de Batata Pescanova
- 50 g de margarina
- sumo de 2 laranjas
- farinha para polvilhar
- azeite para fritar
- sal e pimenta q.b.

Dificuldade



Fácil

Tempo

Entre 15-
30 min

Nº de pessoas

5 ou +
Pessoas

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
446 Kcal	35,2 g	20,6 g	24,4 g

Preparação

1. Tempere os Medalhões de Salmão Pescanova com sal e pimenta. Depois, passe-os por farinha e frite-os em azeite bem quente. Reserve, conservando-os quentes.
2. Escorra o azeite de fritar o peixe e, na mesma frigideira, derreta a manteiga. Quando estiver quente, junte o sumo das laranjas, mexendo bem até começar a engrossar. Coloque os Medalhões Salmão Pescanova numa travessa e deite-lhes este molho por cima.
3. Acompanhe com Puré de Batata Pescanova.

Produtos Associados



Medalhões de Salmão

Embalagem: 400 g



Puré de Batata

Embalagem: 750 g