



# Nuggets de Pescada com Salada de Abacate e Tomate



## Ingredientes

- 300 g Nuggets de Pescada Pescanova
- 1 abacate cortado aos cubos
- 100 g salada mista
- 10 tomates cherry em quartos
- 50 g queijo fresco
- 1 colher de sumo de limão
- 3 colheres de natas
- 1 cebolinho picado; sal q.b.

Dificuldade



Fácil

Tempo

Menos de  
15 min

Nº de pessoas



2 Pessoas

## Valores nutricionais por dose

| Energia  | Hidratos de Carbono | Proteínas | Lípidos |
|----------|---------------------|-----------|---------|
| 359 Kcal | 21 g                | 15 g      | 24 g    |

## Preparação

1. Para o Molho: numa taça, misture o queijo, a nata, o cebolinho picado e um pouco de sal até formar o molho. Reserve.
2. Prepare os Nuggets de Pescada no forno consoante as instruções da embalagem.
3. Corte o abacate em pedaços e regue com o sumo de limão.
4. Espalhe a salada mista no prato, cortada em juliana, decorando com os tomates, o abacate e os Nuggets de Pescada. Por último, polvilhe com um pouco de sal e regue com o molho.

## Produtos Associados

---



### Nuggets de Pescada Panada

Embalagem: 1 kg