



Papelotes de Lombos de Pescada à Mediterrânica



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 15-
30 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. de **Lombos de Pescada do Cabo Pescanova**
- 2 tomates grandes maduros
- 1/2 pimento vermelho e 1/2 pimento verde
- 12 azeitonas
- 2 c. de sopa de alcaparras
- Azeite q.b.
- Salsa q.b.
- Sal q.b.

Preparação

1. Descongele os Lombos de Pescada, tempere de sal e reserve.
2. Pique o tomate e os pimentos em cubinhos, pique as azeitonas grosseiramente e escorra as alcaparras. A seguir, junte tudo numa taça e tempere de sal, azeite e salsa picada.
3. Para cada papelote, corte 2 quadrados de papel vegetal, num dos quadrados, coloque uma porção da mistura mediterrânica e, em cima, um Lombo de Pescada, tempere com um fio de azeite, salpique com salsa picada e coloque o outro quadrado de papel em cima a tapar, paralelo ao de baixo. Feche o embrulho dobrando muito bem os lados e reforçando com fio de cozinha nas pontas. Leve a forno pré-aquecido a 180° por 20 min. aprox. (dependendo do forno).
4. Sirva os papelotes de Lombos de Pescada com uma salada fresca!

Produtos Associados



**Lombos de
Pescada do
Cabo**

360 g