Veja mais receitas em
www.pescanova.pt

Pescada com Camarões

Dificuldade	Tempo	Nº de pessoas
Fácil	Entre 30-60 min	5 ou + Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. Postas de Pescada nº5 do Chile Pescanova
- 1 emb. Miolo de Camarão Pescanova
- 1 cenoura; 1 cebola
- 1 alho francês; 1 aipo
- 1 de natas
- 4 c. de sopa maionese
- sumo de limão
- sal q.b.

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
262 Kcal	**5** g	**29** g	**14** g

Preparação

1. Coza o Miolo de Camarão em água a ferver temperada com sal durante 1 min. Coe a água da cozedura e reserve. Na água do Miolo de Camarão acrescente a cenoura raspada, a cebola, o alho e o aipo cortado às rodelas. Deixe ferver durante 20 min.

2. Introduza as Postas de Pescada nessa água e deixe ferver durante aprox. 10 min. Retire do lume e escorra o peixe. Bata as natas com a maionese e umas gotas de limão. Coloque as Postas de Pescada numa travessa, disponha à volta o Miolo de Camarão e enfeite com gomos de limão.

3. Sirva com o molho e acompanhe com batatas cozidas.

Produtos Associados

Miolo de Camarão 80/100

350 g

Postas de Pescada nº 5 do Chile

800 g

Postas de Pescada nº 3 do Cabo

600 g

Miolo de Camarão Gigante 15/30

250 g

Miolo de Camarão Grande 40/60

200 g

Miolo de Camarão Grande Cozido 40/60

200 g