



## Pescada com Miolo de Camarão



### Ingredientes

- 1 emb. de Posta Pescada nº 3 do Cabo Pescanova
- 1 emb. de Miolo de Camarão Pescanova
- 1 cebola
- 1 piri-piri
- azeite q.b.
- 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
164,7 Kcal	1,1 g	19,9 g	9,2 g

### Preparação

1. Tempere as postas com sal e pimenta. Numa chapa, faça uma cama de cebola às rodelas. Disponha as postas e as restantes rodelas de cebola, o miolo de camarão e o piri-piri.
2. Regue com azeite e leve ao forno quente.

## Produtos Associados



**Miolo de  
Camarão 80/100**

350 g



**Postas de  
Pescada nº 3 do  
Cabo**

600 g



**Postas de  
Pescada nº 5 do  
Chile**

800 g



**Miolo de  
Camarão Frumar**

400 g



**Miolo de  
Camarão  
Grande 40/60**

200 g