



Pescada em Papillotes



Ingredientes

- 1 emb. de Postas de Pescada nº 3 do Cabo Pescanova
- 1 emb. de Puré de Batata Pescanova
- 50 g de Alho Picado Pescanova
- ervas aromáticas variadas
- 1c. de sopa de manteiga
- sal e pimenta q.b.

Dificuldade



Média

Tempo

Entre 30-
60 min

Nº de pessoas

5 ou +
Pessoas

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
387,1 Kcal	33,8 g	22,7 g	17,6 g

Preparação

1. Corte quadrados de papel vegetal e coloque uma Posta de Pescada em cada papillotte. Tempere com sal e pimenta.
2. À parte, bata a manteiga com o alho picado e as ervas aromáticas. Barre as postas com este preparado e leve ao forno por 20 minutos.
3. Depois de cozinhadas, vão nos papillottes à mesa.
4. Acompanhe com Puré de Batata Pescanova.

Produtos Associados



**Postas de
Pescada nº 3 do
Cabo**
Embalagem: **600 g**



Puré de Batata
Embalagem: **750 g**