



Salada de Lombinhos do Mar com Papaia



Ingredientes

- 100 g de Lombinhos do Mar Pescanova
- ½ papaia
- 1 chalota
- 80 g de passas
- 50 g de canónigos
- molho de soja q.b.
- 50 g de caju triturado
- folhas de hortelã

Dificuldade



Fácil

Tempo

Menos de
15 min

Nº de pessoas



2 Pessoas

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
341,1 Kcal	44,3 g	12,4 g	13,7 g

Preparação

1. Desfie os Lombinhos do Mar.
2. Corte a papaia em gomos e retire a casca.
3. Corte a chalota em gomos muito finos.
4. Sirva sobre folhas de canónigos, misture as passas e o caju, e regue com molho de soja.
5. Aromatize com folhas de hortelã.

Produtos Associados



Lombrinhos do Mar

Embalagem: 250 g