



Salada de Miolo de Gambão em Papaia com Nozes



Ingredientes

- 1 emb. de Miolo de Gambão Pescanova
- 4 folhas de couve roxa
- 2 papaias
- 1/2 alface iceberg
- 1 cháv. de café de miolo de noz
- 1 limão
- Azeite q.b.
- Sal e flor de sal q.b.



Dificuldade
Fácil



Tempo
Menos de
15 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Preparação

1. Descongele o Miolo de Gambão e escale-o em água a ferver com uma pitada de sal por 1 a 2 min. Escorra bem e deixe arrefecer.
2. Corte as papaia ao meio, retire as sementes e parte da polpa e corte em cubinhos (reserve as cascas). Corte a alface e a couve roxa em juliana. Pique o miolo de noz grosseiramente.
3. Junte tudo numa saladeira com o Miolo de Gambão, tempere de azeite, sumo de limão e flor de sal e, a seguir, recheie as metades de papaia.
4. Sirva de imediato ou fresco.

Produtos Associados



Miolo de Gambão 20/40

200 g