



Salada Mediterrânica de Miolo de Camarão Grande



Dificuldade



Fácil

Tempo



Menos de
15 min

Nº de pessoas



4 Pessoas

Ingredientes

- 300 g Miolo de Camarão Grande 40/60 Pescanova
- 3 tomates grandes
- 8 azeitonas pretas
- 150 g de queijo feta aos cubos
- 12 folhas de manjeriço pequenas
- 4 c. de sopa de azeite; pimenta preta q.b.
- 2 c. de café cheias de pesto de manjeriço
- 1 c. de sopa de vinagre balsâmico

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
214 Kcal	5 g	16 g	11 g

Preparação

1. Descongele o Miolo de Camarão, escale em água a ferver durante 1 min. e deixe arrefecer.
2. Corte o tomate aos cubos e as azeitonas aos pedaços grosseiros, junte num recipiente com o Miolo de Camarão, os cubos de queijo feta e as folhas de manjeriço.
3. Faça um molho com o azeite, o pesto de manjeriço e o vinagre balsâmico.
4. Tempere a salada com o molho, pimenta preta moída na hora, envolva e sirva.

Produtos Associados



**Miolo de
Camarão
Grande 40/60**

Embalagem: **200 g**