



Sapateira Recheada com Maionese e Ervas



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 15-
30 min



Nº de pessoas
2 Pessoas

Ingredientes

- 1 Sapateira Cozida Pescanova
- 2 tostas integrais
- tabasco q.b.
- sal e pimenta q.b.
- 4 c. de sopa de maionese
- ervas aromáticas q.b.
- fatias de pão torrado
- 2 limas

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
434 Kcal	37 g	26 g	20 g

Preparação

1. Descongele a Sapateira segundo as instruções da embalagem. Retire a carne das patas bem como as ovas e reserve.
2. Numa tigela, junte ao recheio da carapaça as tostas trituradas grosseiramente, e tempere com sal, pimenta, sumo de lima e tabasco. Numa taça junte a maionese com ervas picadas finamente.
3. Recheie a carapaça com este preparado e disponha sobre ele o miolo branco desfiado retirado das patas. Aromatize generosamente com ervas e sirva com pão torrado, maionese aromatizada e lima em gomos.

Produtos Associados



Sapateira
Cozida 600g UP
600 g
600 g