



# Supremas de Bacalhau Grelhadas com Arroz e Cebolinho



## Ingredientes

- 4 Supremas de Bacalhau Pescanova
- limão
- raspa de limão verde
- cebolinho
- pimenta

Dificuldade



Média

Tempo

Entre 15-  
30 min

Nº de pessoas



3 Pessoas

## Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
73,3 Kcal	0,1 g	16,8 g	0,7 g

## Preparação

1. Descongele as Supremas de Bacalhau de acordo com as instruções da embalagem.
2. Grelhe as Supremas de Bacalhau, colocando o lado com pele na grelha, durante aprox. 8 minutos. Volte-as na grelha e deixe apenas 1 minuto.
3. Regue com sumo de Limão.
4. Acompanhe com arroz branco, adicionando as raspa de limão e o cebolinho.
5. Tempere com pimenta a gosto.

## Produtos Associados



**Supremas de Bacalhau 400g**

Embalagem: 400 g



**Lombos de Bacalhau do Atlântico Hig**

Embalagem: 1 kg



**Postas de Bacalhau do Atlântico Hig.**

Embalagem: 1 kg



**Bacalhau Desfiado 400 g**

Embalagem: 400 g



**Preparado para Caldeirada de Bacalhau**

Embalagem: 700 g



**Postas Finas de Bacalhau**

Embalagem: 700 g