



Lulas Limpas



Tacho
20 min.

A Pescanova tem para si as lulas mais tenras, capturadas nos melhores bancos de pesca do mundo e ultracongeladas para preservar todo o sabor e valor nutritivo.

As Lulas Limpas* da Pescanova apresentam-se numa embalagem familiar, prontas para toda a família!

Tem um baixo teor de gordura e é uma fonte natural de ómega-3 e proteína.

Embora o gládio (ou pena) seja cuidadosamente retirado, excecionalmente poderá encontrar algum.

Sugestão de utilização: descongele as lulas limpas, passe por água corrente durante alguns segundos e deixe escorrer. Cozinhe sem sal. Tempere a gosto!

* Incluem os tentáculos no interior da lula

Este produto deve ser cozinhado antes do seu consumo.

Onde comprar:

- Continente
- El Corte Inglés
- Pingo Doce



Omega 3
NATURAL



Receitas



Bowl de Lulas Salteadas e Quinoa



Bowl de Lulas, Agriões, Frutos do Bosque e Caju



Bowl de Lulas, Quinoa e Vegetais às Sementes



Caril Rápido de Lulas Limpas



Jardineira de Lulas



Lulas ao Manjericão com Azeitonas



Lulas Grelhadas com Molho de Jalapeños, Chalotas e Limão



Lulas Limpas de Fricassé à Salsa