



Polvo Limpo



Tacho
30 min.



Forno
30 min.

O Polvo Limpo da Pescanova é **capturado nos melhores bancos de pesca** e, após uma rigorosa selecção, é eviscerado, limpo e ultracongelado, sem qualquer aditivo de modo a manter todo o seu sabor e qualidades nutritivas.

Além de ser uma **Fonte Natural de Proteínas** este molusco apresenta **Baixo Teor de Gordura** o que o torna uma opção muito interessante para uma dieta equilibrada.

Este produto deve ser cozinhado antes do seu consumo.

Onde Comprar:

- Auchan
- Continente
- Coviran
- Dia/Minipreço
- E.Leclerc
- El Corte Inglés
- Froiz
- Intermarché
- Comércio tradicional

Dose de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)



Receitas



Arroz de Polvo à Coimbra



Bruscheta de Polvo



Caldeirada de Polvo



Caldeirada de Polvo Pescanova



Carpaccio de Polvo



Cataplana de Polvo



Ceviche de Polvo



Feijoada de Polvo