



## Argolas do Mar al Ajillo



### Ingredientes

- 400g de Argolas do Mar Pescanova
- 1 dl de azeite
- 5 dentes de alho grandes
- 2 malaguetas (facultativo)
- 1/2 limão pequeno
- 6 pés de salsa (facultativo)
- fatias de pão torrado q.b.



Dificuldade  
Fácil



Tempo  
Menos de  
15 min



Nº de pessoas  
4 Pessoas

### Preparação

1. Descongele as Argolas do Mar debaixo de água fria corrente, num passador, durante 2 min., aprox. Escorra bem e reserve.
2. Aqueça o azeite numa frigideira larga e aloure os alhos laminados finamente. Se gostar de picante, junte as malaguetas (inteiras ou abertas, com menos ou mais sementes, consoante a intensidade que preferir).
3. Junte as Argolas do Mar, bem escorridas, e deixe cozinhar 1 min. em lume alto, virando a meio.
4. Regue com o sumo do 1/2 limão e sirva salpicado a gosto com salsa picada grosseiramente e fatias de pão torrado.

## Produtos Associados



**Argolas do Mar**

400 g



**Argolas do Mar**

1 kg