



Barrinhas com Couves de Bruxelas Salteadas



Ingredientes

- 1 embalagem de Barrinhas Sem Glúten PESCANOVA
- Azeite q.b.
- 400 g de couves de Bruxelas
- 150 g de pimento vermelho
- Sal e pimenta preta q.b.
- 150 g de milho cozido



Dificuldade
Fácil



Tempo
Menos de
15 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Preparação

1. Confeccionar as Barrinhas no forno conforme as instruções da embalagem.
2. Colocar azeite numa frigideira larga ou num wok, acrescentar as couves de Bruxelas e o pimento cortado aos cubinhos (sem veios nem sementes), temperar com sal e pimenta preta moída na hora e saltear até ao ponto desejado (mais ou menos al dente).
3. Por fim, acrescentar o milho, mexer, retificar temperos com sal e pimenta preta. Cozinhar por 1 a 2 min. para envolver sabores.
4. Servir as Barrinhas com as couves de Bruxelas salteadas.

Produtos Associados



**Barrinhas de
Pescada Panada
Ómega 3**

450 g



**Barrinhas de
Salmão Panado
Sem Glúten**

300 g



**Barrinhas de
Pescada Panada
Sem Glúten**

300 g