



## Delícias do Mar com Salada Russa



### Ingredientes

- 100 g de Delícias do Mar Pescanova
- 1 emb. de Jardineira Pescanova 400 g + 100 g
- 12 pickles (pepinos)
- 150 g de maionese light
- folhas de manjeriço



Dificuldade  
Fácil



Tempo  
Entre 15-  
30 min



Nº de pessoas  
3 Pessoas

### Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
<b>330,3</b> Kcal	<b>33,8</b> g	<b>10,9</b> g	<b>17,7</b> g

### Preparação

1. Coza a jardineira e deixe arrefecer.
2. Desfie as delícias do mar e junte à jardineira.
3. Adicione os pickles cortados em rodela finas.
4. Envolve o preparado com a maionese.
5. Leve ao frigorífico até a altura de servir.
6. Aromatize com manjeriço.

## Produtos Associados



**Delícias do Mar  
Sem Glúten**

500 g