



Delícias em Forma de Lagosta com Toranja



Ingredientes

- 2 Delícias em Forma de Lagosta Pescanova
- 1 toranja
- 30 g de açúcar
- folhas de hortelã
- 8 rodelas de queijo chèvre
- mistura de alfaces e agriões
- 10 g de manteiga
- 1 dl de vinagre de cidra



Dificuldade
Média



Tempo
Entre 15-
30 min



Nº de pessoas
2 Pessoas

Valores nutricionais por dose

| Energia | Hidratos de Carbono | Proteínas | Lípidos |
|----------|---------------------|-----------|---------|
| 424 Kcal | 35,4 g | 21,5 g | 20,8 g |

Preparação

1. Corte a toranja em gomos, retirando a pele branca.
2. Numa frigideira, derreta a manteiga e frite os gomos de toranja polvilhados com açúcar.
3. Grelhe rodelas de queijo.
4. Faça uma cama de alfaces e agriões. Sobre ela disponha o queijo, a toranja e as delícias.
5. À calda que ficou na frigideira junte o vinagre e regue a salada. Se preferir, aqueça o vinagre.
6. Aromatize com hortelã.

Produtos Associados



**Delícias do Mar
Sem Glúten**

500 g



**Muslitos do Mar
Sem Glúten**

1 kg



**Delícias do Mar
Sem Glúten**

250 g



Muslitos do Mar

250 g



**Lombinhos do
Mar**

250 g



**Delícias com
Forma de
Lagosta**

255 g