



Esparquete negro com seafood

RECEITA DE
CONSUMIDOR



Dificuldade
Fácil



Tempo
Menos de
15 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. de Seafood Mix Pescanova
- 400 g de esparquete negro
- 1 cebola picada
- 1 tomate
- 1 pimento cortado em tirinhas
- azeite, pimenta e noz moscada q.b.

Preparação

1. Leve a cozer o esparquete em água temperada com sal.
2. Escorra e quando pronta, reserve.
3. Num tacho coloque a cebola, o azeite e o tomate, deixe refogar.
4. Passe a varinha e deite o seafood mix juntamente com o pimento. Tempere com sal e noz moscada.
5. Cozer por uns 5 minutos.
6. Retifique os temperos e sirva, envolvendo com o esparquete.

Produtos Associados



**Caprichos do
Mar sem Glúten**

1 kg



Choco Limpo

500 g



Lulas Limpas

450 g