



# Filetes XL com Arroz Selvagem, Maçã e Nozes



Dificuldade  
Fácil



Tempo  
Entre 15-  
30 min



Nº de pessoas  
4 Pessoas

## Ingredientes

- 2 embalagens de Filetes XL Pescanova
- 200 g de arroz selvagem
- 1 cebola
- 1 maçã verde
- 4 c. de sopa de sultanas
- 4 c. de sopa de miolo de nozes
- 500 ml de água
- Azeite e sal q.b.
- Hortelã q.b.

## Preparação

1. Confeccionar os filetes conforme as instruções da embalagem;
2. Amolecer em azeite a cebola picada finamente. Juntar o arroz e cozinhar por 2 a 3 minutos;
3. Acrescentar a maçã cortada em cubinhos, as sultanas e a água quente, temperar com sal e cozer o arroz;
4. Desligar, juntar o miolo de noz partido grosseiramente e hortelã picada, envolver e servir com os filetes.

## Produtos Associados



### Pescada Panada em Forma de Filete XL

250 g