



Massada de Marisco



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 15-
30 min



Nº de pessoas
4 Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. de Preparado para Arroz de Marisco Pescanova
- 50 g alho picado
- 75 g cebola picada
- 1 dl azeite;
- 1,5dl água
- 400 g tomate pelado
- 1/2 pimento verde
- 1 ramo de coentros
- 400 g massa fusilli
- sal e pimenta q.b.

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
414 Kcal	30 g	20 g	24 g

Preparação

1. Aloure a Cebola Picada e o Alho Picado em azeite. Junte o tomate em pedaços, o caldo da embalagem e a água. Deixe cozinhar um pouco e, de seguida, acrescente o pimento e os coentros, ambos picados.
2. Quando levantar fervura, adicione a massa e deixe cozer mais 10 min. A meio da cozedura, acrescente o preparado de marisco. Verifique os temperos e, no final, salpique com coentros picados. Sirva de imediato.

Produtos Associados



**Preparado para
Arroz de
Marisco Sem
Glúten**
500 g