



## Pastel de delícias do mar

RECEITA DE  
CONSUMIDOR



Dificuldade  
Fácil



Tempo  
Entre 15-  
30 min



Nº de pessoas  
4 Pessoas

### Ingredientes

- 1 emb. de Delícias do Mar Sem Glúten Pescanova
- 250 g de 1 emb. de massa quebrada fresca
- Ovo
- Sal
- Pimenta
- Azeite
- Cebola
- Pimento verde

### Preparação

1. Picar a cebola e o pimento.
2. Colocar num tacho 2 colheres de sopa de azeite, deixar aquecer e juntar a cebola e o pimento, temperar com sal e pimenta.
3. Deixar refogar a cebola com o pimento e juntar as delícias do mar cortadas em pedaços.
4. Cortar a massa no formato que quiser e recheiar com o refogado de cebola, pimento e delícias do mar, pincelar as bordas interiores da massa com o ovo batido e fechar.
5. Pincelar o pastel e levar ao forno durante 30 min a 180 graus.

## Produtos Associados



**Delícias com  
Forma de  
Lagosta**

255 g



**Delícias do Mar  
Sem Glúten**

250 g