



## Salada de Bacalhau com Feijão Frade



### Ingredientes

- 1 emb. de Bacalhau Desfiado PESCANOVA
- Sal e pimenta preta q.b.
- 4 ovos
- 2 tomates chucha
- 400 g de feijão frade cozido
- 1/4 cebola
- Salsa q.b.
- Azeite e vinagre q.b.



Dificuldade  
Fácil



Tempo  
Menos de  
15 min



Nº de pessoas  
4 Pessoas

### Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
324 Kcal	20 g	29 g	14 g

## Preparação

1. Retire o Bacalhau Desfiado Pescanova da embalagem, coloque-o num coador e passar por água fria corrente durante 1 minuto. Escorra bem e reserve.
2. Escalde o Bacalhau Desfiado em água com uma pitada de sal e escorra bem.
3. Coza os ovos e, a seguir, descasque e pique grosseiramente.
4. Entretanto, corte o tomate em pedaços pequenos.
5. Num passador, passe o feijão frade cozido por água fria corrente.
6. Pique a cebola finamente e a salsa.
7. Junte os ingredientes todos numa saladeira e tempere a gosto com azeite, vinagre, sal, pimenta preta moída na hora e salsa picada.
8. Sirva a salada à temperatura ambiente ou fria.

## Produtos Associados



### Bacalhau Desfiado

400 g