



Salada de Delícias do Mar com Melão



Ingredientes

- 150 g de Delícias do Mar Sem Glúten Pescanova
- 6 espargos verdes
- 2 fatias de melão
- folhas de hortelã
- 2 dl de vinagre de cidra
- 1 colher de sopa de mel



Dificuldade
Fácil



Tempo
Menos de
15 min



Nº de pessoas
2 Pessoas

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
156,4 Kcal	27,2 g	8,1 g	2 g

Preparação

1. Corte o melão em esferas e corte as delícias em cubos.
2. Coza os espargos e corte-os em pedaços. Reserve.
3. Envolve os ingredientes cuidadosamente.
4. Entretanto, prepare o molho. Leve ao lume brando o vinagre e o mel e deixe reduzir. Regue a salada e aromatize com hortelã.

Produtos Associados



**Delícias do Mar
Sem Glúten**

250 g



**Delícias do Mar
Sem Glúten**

500 g