



Salada de Quinoa com Lombinhos do Mar às Avelãs



Dificuldade

Fácil



Tempo

Entre 15-
30 min

Nº de pessoas

4 Pessoas

Ingredientes

- 1 embalagem de Lombinhos do Mar PESCANOVA
- 250 g de quinoa
- Sal e flor de sal q.b.
- 200 g de tomate cereja
- 150 g de pimento verde
- 150 g de pepino
- 50 g de avelãs
- Coentros q.b.
- Azeite e vinagre q.b.

Preparação

1. Descongelar os Lombinhos do Mar.
2. Lavar e cozer a quinoa em água com sal. Cortar o tomate em quartos e o pimento aos cubinhos. Retirar as sementes ao pepino com a ajuda de uma colher e cortar em cubinhos. Torrar as avelãs numa frigideira antiaderente sem gordura ou no forno e picar grosseiramente.
3. Numa saladeira, juntar os ingredientes todos, temperar com coentros picados, flor de sal, azeite e vinagre, envolver e servir!

Produtos Associados



**Delícias com
Forma de
Lagosta**
255 g



**Delícias do Mar
Sem Glúten**
250 g



**Lombinhos do
Mar**
250 g



**Delícias do Mar
Sem Glúten**
500 g