



## Tarteletes à Marinheira



Dificuldade  
Difícil



Tempo  
Entre 30-  
60 min



Nº de pessoas  
5 ou +  
Pessoas

### Ingredientes

- 1 emb. Miolo de Camarão 80/100 Pescanova
- 75g cebola picada
- 1 lata de cogumelos inteiros
- 80g manteiga; 2dl natas
- 1 ovo inteiro; 2 gemas
- 200g farinha
- sal e pimenta q.b.
- queijo parmesão ralado q.b.

### Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
429 Kcal	27 g	20 g	27 g

### Preparação

1. Massa: Misture a farinha com a manteiga amolecida, o ovo e uma pitada de sal. Amasse e junte água, à medida que for necessário. Molde uma bola e deixe repousar 20 min.
2. Refogue a Cebola Picada na manteiga. Junte os cogumelos laminados, o Miolo de Camarão e as natas. Tempere com sal e pimenta e deixe cozinhar um pouco. Retire do lume e incorpore as gemas. Forre as formas de tarteletes com a massa e preencha com o recheio que preparou.
3. Polvilhe com queijo ralado, uma noz de manteiga e leve ao forno a gratinar durante 20 min.

## Produtos Associados



**Miolo de  
Camarão 80/100**

350 g



**Miolo de  
Camarão  
Grande 40/60**

200 g



**Miolo de  
Camarão  
Grande Cozido  
40/60**

200 g