



Tiras de Pota com Delícias do Mar

RECEITA DE
CONSUMIDOR



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 15-
30 min



Nº de pessoas
2 Pessoas

Ingredientes

- 1 emb. de Tiras de Pota 500 g Pescanova
- 10 Delícias do Mar Sem Glúten Pescanova
- azeite
- 1 cebola picada
- 1 c. de sopa de tomate pelado aos pedaços
- 1 c. de sobremesa de sementes de linhaça
- creme de marisco
- salsa picada

Preparação

1. Num tacho refogue a cebola picada com um fio de azeite, depois adicione o tomate pelado e deixe refogar mais uns instantes.
2. Junte as Tiras de Pota e deixe cozinhar.
3. Numa tigela dissolva o creme de marisco com um pouco de água.
4. Quando as Tiras de Pota estiverem quase cozinhadas adicione a linhaça e o creme de marisco e, por fim junte as Delícias do Mar partidas aos cubinhos.
5. Salpique com salsa picada.
6. Acompanhe com arroz ou salada.

Produtos Associados



**Tiras de Pota no
ponto de sal**

500 g