Click to verify

Paté de delícias do mar pingo doce

Publicado a 02-03-2010, 14:53 por mmjosé Receita de Patê de Delícias do Mar Ingredientes: Delícias do Mar 2 ou 3 dentes de alho (consoante a quantidade de delícias) Maionese q.b Coentros Preparação: Picar muito bem as delícias e o alho. Acrescentar a maionese a gosto, e os coentros picados. P.S: saboroso tanto em tostas como em qualquer tipo de pão. FOTO: SarinhaT Fotografias Quem FezMaria MirandaJéssica FernandesMadalena MoraisSarinhaT 02-03-2010, 14:59 2 Adoro patês, este parece ser delicioso! 15-01-2012, 16:04 3 Muito bom. 17-02-2012, 11:06 4 k lindo aspeto…. 22-02-2012, 14:38 5 Muito bom…Adoro pates com torradinhas 03-06-2012, 20:51 6 Muito bom, adoro paté de delícias do mar =) Bom Apetite! Copyright © 2009-2025 SaborIntenso® Para servir como entrada, num lanchinho ou numa festa de aniversário, este Paté de Delícias do Mar acompanhado com umas tostinhas é uma autêntica delícia. Prepara-se num instante e toda a gente adora, miúdos e graúdos. Quando se começa a comer, difícil mesmo é parar! Tome nota de como se prepara este Paté de Delícias do Mar. Veja também outros Patés fantásticos: Paté de Sardinha e Atum, Paté de Sardinha, Paté de Salmão Fumado, Paté de Frango, Paté de Salmão e Patê de Atum. Muito simples de fazer e rápido, este Paté de Delícias do Mar fica verdadeiramente delicioso. Ora veja como se prepara e experimente. Imprimir receita Guardar no Pinterest 100 gr de delícias do mar1 ovo cozido2 colheres de sopa de maioneseq.b. cebolinho q.b.q.b. sal e pimenta q.b.q.b. alho em pó Coloque todos os ingredientes numa picadora, com excepção da maionese. Triture.Retire para uma taça e junte a maionese. Envolva bem. Guarde no frigorífico e sirva frio. Tags: patéPaté de Delícias do MarPaté de Delícias do Mar com ovo Feita com pão de forma com cereais, esta é uma sandes recheada de sabores de Verão. As delícias do mar, envolvidas em requeijão e iogurte, combinadas com a frescura de diferentes vegetais, são a garantia de uma escolha mais saudável e saborosa para os seus dias de praia.Passo 1Coza o ovo em água temperada com o sal durante 10 minutos, passe-o por água fria e descasque-o.Passo 2Corte as delícias do mar em pedaços para dentro da picadora, junte os pickles, o suco de um pedaço de raiz de gengibre ralado, o requeijão, o iogurte, o ovo cozido cortado em pedaços e a maionese e triture tudo até obter uma pasta.Passo 3Adicione uma mão-cheia de folhas de coentros e de hortelã, uma pitada de noz-moscada e pimenta moída e volte a triturar.Passo 4Misture a pasta de delícias do mar com a alface cortada em tiras finas e a cenoura ralada. Lave o pepino e corte-o em rodelas finas.Passo 5Barre as fatias de pão com a pasta e adicione as rodelas de pepino. Feche as sanduíches e sirva. Acompanhe com fruta.Resumo nutricionalPor dose e por % do VDR*Gorduras saturadas4,5 g15%* Valor Diário de Referência: HomemDeclaração nutricionalDeclaração nutricional Dose Homem% VDR** Mulher% VDR** Energia 345 Kcal 14% 17% Gordura 16,1 g 17% das quais saturadas 4,5 g 15% 22% dos quais açúcares 4,1 g 3% 5% Fibra 9,8 g 39% 39% Proteínas 17,5 g cenouradelícias do mardieta mediterrânicagengibrepão e broaO que achou desta receita?Obrigado pela sua opinião!Seja o primeiro a avaliarA sua avaliação desta receita poderá demorar até 24 horas a ficar visível de forma permanente Os nossos cozinheiros agradecem a sua opiniãoJá tem a sua revista Sabe Bem? Comprar revistaManter ecrã ligado enquanto cozinhoSimNãoO seu ecrã vai ficar ligado durante 1 hora enquanto cozinha ou até fechar esta janela Para receber o Menu do Dia do Petitchef deverá introduzir o seu email. Coze-se o ovo e esmaga-se com um garfo. Junta-se a cebola picada , de seguida, as delícias desfeitas, a salsa picada, a pimenta e por fim a maionese .Por fim, acrescenta-se o ketchup, a gosto. Verte-se em tacinhas e polvilham-se de salsa picada ou inteira. NNarwen Falar com o autor da receita Fez esta receita? Compartilhe Salvar nas minhas receitas Fez esta receita? Compartilhe Comunicar um erro na receita + Petitchef oferece a possibilidade de planejar seu menu por dia ou por semana. Esta maravilha é viciante! Eu adoro e faz parte das entradas ou por vezes para acompanhar arroz ou massa integral, tipo pasta.Vamos ao que interessa... a receita :DIngredientes:- uma lata de atum ao natural (usei marca pingo doce)- 120gr queijo batido magro 0% (também comprei no pingo doce e já mostrei foto mas publico aqui de novo, muito bom!)- 140gr de delicias do mar cozidas (usei marca continente)- 1 ovo cozido- temperos a gosto (usei salsa, alho em pó, oregãos e sal)Preparação:Misturar tudo e com a varinha mágica/bimby/liquidificador triturar até ficar uma pasta. O queijo ⇓Rende 5 doses generosas, de cada 75gr/80gr.Podem trocar o queijo batido por quark ou cottage se preferirem.O valor nutricional de cada dose, de acordo com os ingredientes que usei... Vejam só a proteína por 80gr deste paté! Adoro e vocês?Vão experimentar ? 2 comentários Comentar post Valores médios por 100 g de produto (não preparado) Energia (kJ) 437 Energia (kcal) 103 Lípidos (g) 0.6 Saturados (g) 0.3 Hidratos de Carbono (g) 18 Açucares (g) 2.6 Fibras (g) 1.5 Proteínas (g) 5.7 Sal (g) 1.4 16 Carne de paloco-do-pacífico (49,5% Theragra chalcogramma) , água, amido de TRIGO** (isento de glúten), clara de OVO, aroma de caranguejo (2,9%), extracto de caranguejo (1,4%), sal, vinho de arroz, óleo vegetal (soja), açúcar, estabilizador (sorbitol), agente de endurecimento (carbonato de cálcio), corante (extracto de pimentão). **O produto é isento de glúten mas não é adequado a quem apresenta alergia ao trigo. Nutriente Quantidade Indefinido 0 Contém Crustáceos, Ovo, Peixe, Soja. NA 150g de cenoura 150g de delícias do mar 100g de queijo creme magro cebolinho q.b. ½ limão (sumo) pimenta moída q.b. Coloque a cenoura em pedaços no copo. Pressione TURBO 2 a 3 vezes e programe mais 5 segundos, na velocidade 6.Raspe as paredes do copo com a espátula, junte as delícias do mar e pique durante 10 segundos, na velocidade 5. Volte a raspar as paredes do copo com a espátula, adicione o queijo e programe mais 10 segundos, na velocidade 5.Por fim, junte o cebolinho cortado com uma tesoura, o sumo de limão e a pimenta e mexa com a espátula. Descongele as delícias do mar, triture-as finamente na picadora e deite para uma tigela. Descasque e lave a cebola, pique-a muito finamente e junte à tigela. Adicione depois um pouco de salsa picada e a maionese, tempere com sal e piripiri e misture muito bem. Sirva decorado a gosto e acompanhe com fatias finas de pão ou tostas. Sugestão do Chefe: Leve ao frigorífico. Este paté é muito bom servido fresco como entrada ou petisco a acompanhar uma bebida também fresca. “Ora, vamos lá ser práticos!” É isto o que toda a gente pensa, antes de começar a preparar um almoço leve, que conta só com umas mini-tostas. “Só”? Nada disso! A verdade é que as mini-tostas podem encantar o nosso paladar com os mais diferentes sabores: tudo depende do recheio que decidimos barrar por cima delas… Se for viciado em frutos, há uma ou outra receita que não lhe podem mesmo escapar… Mas se a sua perdição forem os patés, saiba que há muito mais para além daquela maravilha de atum que uma vez já lhe apresentei… Que tal experimentar este paté de delícias do mar? Eu cá acho que o nome já diz tudo… Receita de paté de delícias do mar Ingredientes: – 1 embalagem de delícias do mar – 1 cebola – 1 dente de alho – 1 ovo cozido – 4 colheres de sopa de Maionese light – Sumo de ¼ de limão – Pimenta q.b. – Salsa fresca q.b. – Mini tostas Preparação: Numa picadora, coloque as delícias do mar fatiadas ao centro , a cebola picada de forma grosseira, o dente de alho e o ovo fatiados em quatro, a maionese light, o sumo do limão e pimenta a gosto. Triture tudo bastante bem. Sirva com um bocado de salsa fresca picada e umas mini tostas, é claro! Do mar, só chegam coisas boas em forma de comida… Então, se for para nos refrescarmos nos dias quentes… tanto melhor! É por isso que eu já marquei na minha agenda: num destes dias, vou surpreender tudo e todos com um caril de peixe, camarão e gengibre! Ou, então, ainda opto por esta massada de peixe simples…