



Atum com abacate e ervas



Categoria
Peixe



Tempo de preparação
Rápido



Dificuldade
Fácil



Custo
Médio



Com quem?
A dois



Nº de pessoas
4 pessoas

Ingredientes

3 colheres de sopa de
Vinagre Gallo Sidra Original

Q.b. de Azeite Virgem Extra
Gallo Clássico

- 4 atuns frescos
- Q.b. de sal
- 1 sumo de 1 limão
- 2 abacates
- 2 tomates maduros
- 4 colheres de sopa de coentros picados
- Q.b. de malagueta em pó
- Q.b. de pimenta
- Q.b. de agrião

Modo de preparação

1

Tempere o atum com sal, sumo de limão e um fio de azeite.

2

Aqueça um grelhador e cozinhe durante 2 minutos de cada lado. Retire e deixe descansar.

3

Retire a casca e o caroço aos abacate. Corte em cubos, coloque numa taça e regue com o vinagre, envolva.

4

Junte o tomate picado, os coentros, a malagueta em pó, o azeite e misture.

5

Sirva o atum em fatias com a mistura de abacate e o agrião.

Produtos utilizados



Sidra Original
Vinagre de Sidra



Clássico
Azeite Virgem Extra

Veja também

🐟 Peixe ⌚ Demorado 🍴 Médio

Risotto de açafraão com robalo e piso de ervas

🐟 Peixe ⌚ Médio 🍴 Fácil

Salmão com molho de laranja, puré de ervilha e espinafres

🐟 Peixe ⌚ Demorado 🍴 Fácil

Tagliatelle com camarões, rúcula, pimentos e curgete

🐟 Peixe ⌚ Médio 🍴 Fácil

Arroz negro com camarões

🐟 Peixe ⌚ Demorado 🍴 Médio

Polvo com esmagada de batata doce e espinafres



Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2022 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide