



# Atum com batatas e espargos



Categoria  
Peixe



Tempo de preparação  
Médio



Dificuldade  
Fácil



Custo  
"




Com quem?  
Seleccionar



Nº de pessoas  
4 pessoas

## Ingredientes

 2 latas Gallo de Filetes de Atum em azeite Virgem Extra e aroma de manjerição

- 2 embalagens de batatas primor
- 1 dente de alho picado
- 1 molho de espargos
- 1 cebola roxa picada
- Q.b. de manjerição
- Q.b. de pimenta
- Q.b. de sal

## Modo de preparação

1

Coza as batatas no microondas conforme as instruções da embalagem.

2

Retire, coloque num tabuleiro de forno e com a ajuda de um copo esmague as batatas.

3

Tempere com sal, pimenta e regue com azeite. Leve ao forno pré-aquecido a 200°C por 10 minutos.

4

Coza os espargos num tacho com água a ferver durante 5 minutos. Escorra e reserve.

5

Sirva as batatas numa travessa com os espargos por cima, polvilhe com a cebola e tempere com sal e manjerição picado.

6

Finalize com o atum, regue com o azeite da lata e pimenta acabada de moer.

## Produtos utilizados



*Filetes de Atum em azeite  
Virgem Extra e aroma de  
manjeriço*  
Conservas de peixe

## Veja também

---

🐟 Peixe ⌚ Demorado 🟡 Fácil

*Salada de polvo com batatas e feijão verde*

---

🐟 Peixe ⌚ Médio 🟡 Médio

*Lulas grelhadas com ervas e malaquetas*

---

🍝 Massas ⌚ Médio 🟡 Fácil

*Linguini com cavala*

---

🐟 Peixe ⌚ Rápido 🟡 Fácil

*Bruschetta de sardinha à portuguesa*

---

🐟 Peixe ⌚ Médio 🟡 Fácil

*Tacos de salmão*

---



Mais receitas em

[www.galloportugal.com](http://www.galloportugal.com)

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide