

Menù di pesce – Ingredienti

Baccalà mantecato 200 g

Ingredienti: Olio di semi di girasole, stoccafisso norvegese reidratato (Gadus Morhua) 37%, acqua, sale

Allergeni: PESCE.

Polenta fritta 4 pz

Ingredienti: Acqua, farina di granoturco gialla, olio di semi di girasole, sale.

Lasagne al salmone e zucchine 500 g

Ingredienti: Besciamella (latte parzialmente scremato, farina di grano tenero tipo '00', olio di semi di girasole, sale, noce moscata), salmone affumicato, pasta fresca all'uovo surgelata (semola di grano duro, uova, acqua), zucchine fresche, prezzemolo, aglio ,sale.

Allergeni: LATTE, UOVA, PESCE, GLUTINE.

Filetti di orata gratinati 300 g

Ingredienti: Filetti di orata freschi 85%, pane grattugiato tipo "0" (farina di grano tenero tipo "0", acqua, sale, lievito), olio di semi di girasole, erbe aromatiche, aglio, prezzemolo.

Allergeni: PESCE, GLUTINE.

Patate al forno 350 g

Ingredienti: Patate fresche 89%, olio di semi di girasole, sale, erbe aromatiche, aglio, pepe.

Buon appetito
e buone Feste



DESPAR
EUROSPAR
INTERSPAR



Consigli per ravvivare i piatti

Antipasto

Baccalà mantecato

Consumare a temperatura ambiente, consigliato abbinato a polenta.

Polenta fritta

Riscaldare in una padella con un filo d'olio, oppure in forno ventilato a 150 °C per 15 minuti; lasciare riposare qualche istante prima di consumarle.

Primo piatto

Lasagne al salmone e zucchine

Riscaldare in forno statico a 170 °C per 15 minuti o in microonde a 500W per 3 minuti;

Secondo piatto

Filetti di orata gratinati

Riscaldare in forno statico per circa 8/10 minuti a 150 °C; terminare con ulteriori 2 minuti in modalità grill a 200 °C.

Contorno

Patate al forno

Riscaldare in forno ventilato a 170°C per 15 minuti, in padella con un filo di olio oppure in microonde a 500W per 3 minuti

**Buon appetito
e buone Feste**



DESPAR
EUROSPAR
INTERSPAR

