



Entradas

Patês

Patê de Atum

Uma entrada saborosa que não falha na mesa entre amigos.

🕒 10 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 10 doses

Ingredientes

- 2 latas de atum
- 2 ovos
- 3 c. de sopa de pickles
- 3 c. de sopa de maionese
- 1 c. de chá de ketchup

Informação nutricional

Energia	86,3 kcal	4%*
Proteínas	6,9 g	14%*
Lípidos	6,4 g	9%*
Hidratos de Carbono	0,3 g	0%*

*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

Preparação

- 1 Para preparar o patê de atum é necessário escorrer muito bem o atum.
- 2 Cozer os ovos e reservar. Picar os pickles e reservar.
- 3 Numa taça, esmagar o atum com o garfo e juntar os pickles, a maionese, o ketchup e 1 ovo cozido bem picado. Misturar tudo e colocar numa taça de servir.
- 4 Ralar o outro ovo cozido e decorar no patê de atum.
- 5 Servir bem frio, com tostas.