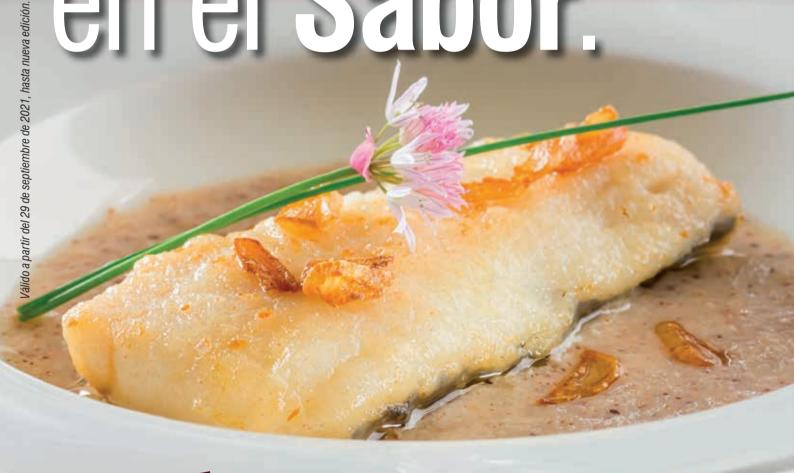


Directamente a tu **Hogar** Sin romper la cadena de frío

# El Secreto está en el Sabor.



# QUEREMOS CUIDARTE







Tu **compra en casa** cada 15 días

- 40 años en el mercado nos avalan.
  - Seguridad alimentaria garantizada.
    - Pide por internet, whatsApp o telefono.
    - 중 Sin contacto. Sin riesgo.

COMERCIAL:
------------

TELÉFONO:

# BIENVENIDOS A ABORDO HOGAR

# LA CONGELACIÓN

En **Abordo** siempre encontrarás atención directa, un trato personalizado y "el mejor servicio y calidad". No rompemos nunca la cadena de frío, asegurando así todas las propiedades del producto. Todos nuestros productos son ultracongelados desde -40°C hasta -80°C, inmediatamente después de la captura, cosecha o elaboración. Seguridad y Calidad es sinónimo de Salud y en **Abordo** lo sabemos y respetamos.

Con el pescado ultracongelado evitaremos la contaminación por anisakis. En Abordo te garantizamos la ultracongelación justo después de su pesca.

En **Abordo** solo pagas lo que consumes. Por eso nuestros precios y pesos son netos escurridos, sin el glaseado de protección necesario en pescados y mariscos.

El glaseado (la capa de agua que recubre los pescados ultracongelados), es necesario para que el producto llegue a tu hogar en perfectas condiciones. De no ser por ella, el alimento se quema debido a las temperaturas tan bajas que soporta.





En **Abordo** solo pagas lo que consumes. Por eso nuestros precios y pesos son netos escurridos, sin el glaseado de protección necesario en pescados y mariscos.

# **GUÍA DE PREPARACIÓN:**

Lea atentamente la guía de preparación en todos nuestros envases para conseguir la mejor cocción de cada alimento.























# **CONSERVACIÓN:**

Conservación de productos según tipo de congelador.



# **ALÉRGENOS:**

Sustancias o productos que causan alergias o intolerancias alimentarias.





























# VISITAS QUINCENALES

- Whatsapp
- Teléfono
- Internet
- 100% seguro Paga en metálico o tarjeta



Descarga tu catálogo en pdf



# INDIGE

04 Precocinados y Surimis

12 Pizzas y Mini Pizzas

14 Platos Preparados

18 Canelones y Lasañas

**20** Pescados y Cefalópodos

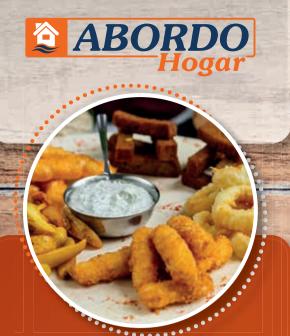
30 Mariscos y Moluscos

34 Entrantes y Verduras

44 Carnes

48 Helados y Postres





# Productos Precocinados

# PESCADOS Y CEFALÓPODOS

Nuestros precocinados prácticos y rápidos, con la proporción justa de rebozado y una insuperable calidad en todas las materias primas, sin potenciadores de sabor y sólo con aromas naturales.

# Modo de empleo Precocinados:

- · Todos los precocinados se cocinan directamente sin descongelar.
- · Se recomienda, con las piezas más grandes, dejarlas perder el frío con el fin de que se cocinen bien por dentro.
- · En el caso de freír hacerlo siempre con poca cantidad y abundante aceite caliente a 180°C, que las piezas floten en el mismo.
- · Los precocinados prefitos pueden cocinarse al horno.



Sin romper la cadena de frío Directamente a tu Hogar



### C-435 ANILLAS PREMIUM A LA ROMANA

Anillas de calamar extra con una fina capa de masa de harina de trigo duro que le da un sabor y textura especial. Como hechas en casa. Bolsa 1 ka 12,95€



### C-6488 RABAS DE CALAMAR REBOZADAS

Tiernas tiras de rabas de calamar. Pruébelas, iestán riquísimas! Bolsa 1 kg

10,60€





# C-6152 **VARITAS DE MERLUZA**

De gran calidad, extraordinario sabor y textura.

6,85 €







C-830 **CHIPIRÓN ENHARINADO** Apetitosos chipirones, de una carne gustosa y delicada, enharinados y prefritos.

Bolsa 300 g

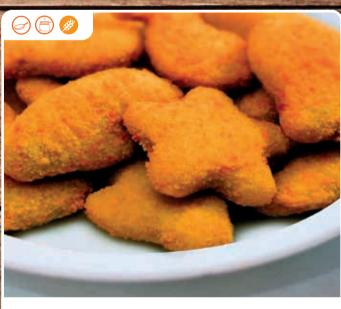


# C-326 MINI EMPANADILLAS DE ATÚN

Nuestras Empanadillas son las que más porcentaje de atún llevan. Jugosas y riquísimas. Bolsa 400 g

2,25€





# C-475 **PESKITOS DE MERLUZA EMPANADOS**Divertidas figuritas de merluza recubiertas con un crujiente empanado.

Especialmente pensadas para los más pequeños. Bolsa 400 g

2,99€

3,95€





# Alpóndigas, Croquetas y Bocaditos Caseros

100% naturales.



Consulta a tu comercial el resto de croquetas 100% naturales que tenemos disponi<u>bles.</u>







Croquetas Calidad Gourmet. Sin conservantes ni colorantes. Con ingredientes naturales de 1ª calidad.

C-4341 CROQUETAS DE IBÉRICOS C-4122 CROQUETAS DE PUCHERO Bolsas 250 g (7/8 u. aprox.) / 0,34 €/u aprox.

2,35 €/u

C-306 CROQUETAS DE SEPIA Y GAMBAS C-307 CROQUETAS CHIPIRÓN EN SU TINTA C-308 CROQUETAS DE RABO DE TOROO Bolsas 250 g (7/8 u. aprox.) / 0,39 €/u aprox.

2.95 €/u





C-798 ALBÓNDIGAS CASERAS DE BACALAO

Elaboradas con la receta tradicional, a base de patata, bacalao, huevo y perejil.

Bolsa 1 kg

7,65€



# C-877 BOCADITOS DE SETAS

C-1878 BOCADITOS DE CABRALES

Muy rápidas de freír por su pequeño tamaño. Recetas elaboradas como siempre. Sin conservantes ni colorantes.

(11/13 u. aprox.) Bolsas 200g / 0,13 €/u aprox.

2,00€



# Quesos Naturales Empanados



C-863 FINGERS DE MOZZARELLA Varitas de mozzarella 100% empanadas con una crujiente capa. Bolsa 300 g

2,95€



C-6863 JALAPEÑOS TEX-MEX CON CHEDDAR Jalapeños de queso Chedar, estilo restaurante americano/mexicano. (8/10 u.) Bolsa 300 g aprox. / 0,39 €/u aprox. 3,50€



C-898 QUESO FRESCO TEMPURA Queso fresco rebozado en tempura, listo para freír en abundante aceite caliente. Bolsa 220 g

4,19€



# C-896 CAMEMBERT EMPANADO

Deliciosas porciones 100% Autentico Queso Camembert Empanado. Un bocado exquisito para todo el año. (7/8 u.) Bolsa 220 g aprox. / 0,49 €/u aprox.

3,95€

# C-895 TRIÁNGULOS DE QUESO BRIE

Espectaculares triángulos de queso Brie rebozados. Para deleitar su paladar. (8/10 u.) Bolsa 270 g aprox. / 0,55 €/u aprox.

4,95€

# C-894 MEDALLONES DE QUESO DE CABRA

Exquisitos medallones de queso de cabra rebozados. Un delicioso contraste de texturas. (7/8 u.) Bolsa 200 g aprox. / 0,52 €/u aprox.





# Patatas

Como entrantes o como guarnición, las patatas son el complemento perfecto para tus platos.

Fritas o al horno, sencillamente irresistibles!!!



# C-214 PATATAS GAJO (CRUJIENTES)

Crujientes gajos de patatà con piel, ligerámente especiada al estilo "Deluxe" y lista para freír.

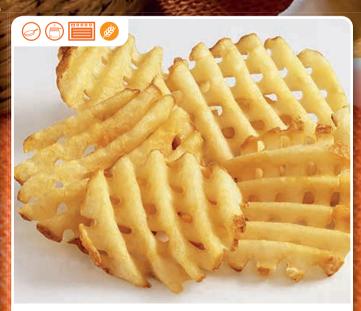
sa 1 kg 3,45 €



# C-775 **PATATAS DIPPER HIERBAS**

Patatas cortadas en forma de teja con piel. Especial para acompañar a carnes, pescados y como tapas.

Bolsa 750 g



# C-389 PATATA "CRIS CROSS"

Patata rejada. Un bocado crujiente y aireado. Se pueden hacer al horno. Bolsa 750  ${\it g}$ 

2,95€

2,95€

# Directamente a tu Hogar Sin romper la cadena de frío





# C-383 PATATAS BRAVAS

Principal tapa en los bares españoles, y ¿por qué no?,



# **C-358 PATATAS CORTE GRUESO**

Patatas prefritas. La mejor variedad. Corte especial 9x9 tipo burger.

Bolsa 1 kg

1,90€





C-395 PATATAS PREMIER CRINKLE Patatas de corte ondulado. Prefritas y ultracongeladas. Con corte ondulado para aumentar la textura crujiente.

Bolsa 1 kg 2,75€



C-391 BONIATO PREFRITO Boniato prefrtio crujiente y muy delicioso. Bolsa 750 g

3,95 €



# EMPANADOS Salprosos y Prácticos

( ) 图



C-6308 **AUTÉNTICOS NUGGETS DE POLLO** El producto lider por excelencia, gracias a su alta calidad y su fina capa de rebozado.

Bolsa 1 kg 10,75 €



C-7823 **SOLOMILLOS DE POLLO REBOZADOS CON CORN FLAKES**Con un empanado crujiente. Ideal como guarnición o aperitivo. **Bolsa 1 kg** 

10,75€



C-7071 SAN JACOBO (EXTRA)

Clásico San Jacobo de jamón y queso fundido. A los niños y mayores les encantará.

Bolsa 1 kg 9,45 €



C-501 FILETES DE PECHUGA DE POLLO EMPANADOS

Se trata de un filete de pechuga natural, empanada y con un leve toque de ajo y perejil. Ideal para segundo plato. **Bolsa 800 g** 

7,45€



# Delicioso Surimi

El surimi es una rica fuente de proteinas de fácil digestión, muy interesantre para la preparación de diversas comidas procesadas.

Este alimento es el resultado de una técnica empleada en Japón, para conservar los alimentos hace más de 900 años.

La base principal del surimi es la carne de pescado blanco. Los filetes de pescado son desmenuzados y enjuagados repetidas veces hasta formar una pasta. Luego esta pasta es mezclada con algunos aditivos (aromatizantes y conservantes). Una vez procesado, es empaquetado y congelado.

Abordo te ofrece surimi de excelente calidad. Pruébalos, seguro que repetirás.



Sin romper la cadena de frío Directamente a tu **Hogar** 





# C-400 SUCEDÁNEO DE ANGULAS ABORDO

Perfectas para cualquier tipo de preparación, como entrante, de condimento en las ensaladas. **Recetas:** tortillas, montaditos, ensaladas calientes, revueltos con setas, etc.

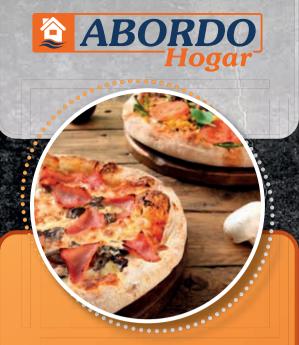
Estuche 200 g

3,00 €



C-437 **MUSLITOS DE MAR ABORDO** Irresistibles por su gran sabor y su fina capa de rebozado. **Estuche 1 kg** / 0,31 €/u

9,90€



# Pizzas Italianas

Le presentamos un extraordinario surtido de pizzas elaboradas con una fina y crujiente base, la que más gusta a los niños. En los ingredientes de cada pizza se utilizan materias primas nobles de primera calidad



Sin romper la cadena de frío Directamente a tu **Hogar** 



C-4020 **PIZZA DE SALAMI**Pizza con la base fina, precocida a la piedra y con un 75% de salsa de tomate, mozzarella y salami. **Estuche 340 g 3,10 €** 









3,10€



3.10 €



C-4024 Pizza con Patatas y Salchicha





C-4028 GOURMET FORNO A LEGNA PROVOLONE E FUNGHI Estuche 400 g

# Familiares







C-803 PIZZA JAMÓN Y QUESO FAMILIAR





C-1421 MINI PIZZAS YORK

3,10 €



C-807 **PIZZA BACON Y ATÚN FAMILIAR** 

Deliciosa pizza elaborada con ingredientes de 1ª calidad. Atún, bacón, mozzarella y

3.75€



C-1422 MINI PIZZAS 3 QUESOS

3.10€





# listos para comer

*iCocinamos por ti!*. Te presentamos una variedad de platos sabrosos y nutritivos ya preparados. Un menú equilibrado con materias primas sin conservantes ni aromas artificiales añadidos y una cuidada selección de productos frescos y naturales de primera calidad. *Calentar y listo!!!*.

Te acercamos al paladar deliciosas especialidades de comida mediterránea y asiática de gran sabor, sanos, saludables y listos en 5 minutos.

\* Productos sujetos a disponibilidad



# C-2128 **TAGLIATELLE A LA CARBONARA**

La cremosa salsa carbonara con trocitos de bacon ahumado y un suave toque de pimienta negra, acompañando a los famosos tagliatelle o spaghetti según su gusto. **Bandeja 350 g**  $\mathbf{3.50} \in$ 



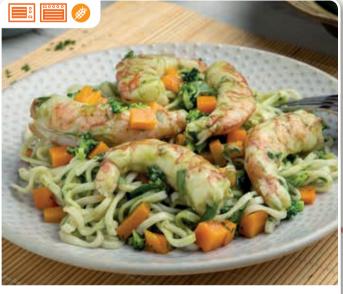
### C-2129 RAVIOLIS DE CARNE A LOS 4 QUESOS

Ravioli rellenos de carne acompañados de salsa de cuatro quesos fundidos. Bandeja 300 g

3,50 €







C-903 LANGOSTINOS A LAS FINAS HIERBAS CON TALLARINES
Langostino austral, pelado y devenado con pasta tipo linguine, vegetales
(brócoli y zanahoria) y salsa a las finas hierbas.

Bandeja 300 g

4,95 €



C-904 LANGOSTINO CON SALSA TOMATE Y HIERBAS Y FUSILLIS
Langostino austral, pelado y devenado con pasta tipo fusilli, vegetales
(brócoli y calabacín) y salsa de tomate y hierbas.

Bandeja 300 g

4,95 €









Dos unidades de carrilladas de cerdo cocinadas con guarnición de champiñón laminado, envasadas y ultracongelados. Estuche 300 g

7,50€





# C-915 COSTILLAS DE CERDO CON SALSA BARBACOA

Estas costillas de cerdo están asadas en su propio jugo, con un leve aroma a barbacoa. Extraordinariamente buenas, muy tiernas y con mucha carne. Bolsa 550 g

8,50€



# C-115 **HOJALDRE DE SALMÓN Y ESPINACAS**

Magnífico hojaldre relleno con trozos de lomito de salmón salar, una deliciosa bechamel y espinacas.

(140 g/u)

2,50 €/u







1/2 Codillo de cerdo cocido y envasado al vacío. Se puede consumir solo o añadiéndole una guarnición de verduras, puré de patatas, tomate frito, etc.

4,95€





8,50€





### **Nota importante:**

En nuestra web: **www.abordo.es**, encontrará infinidad de deliciosas recetas que podrá realizar fácilmente con nuestros productos Abordo.

# Recetario



# **Arroz con Bogavante**

### **INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:**

300 g de arroz Abordo, 100 g de pirniento rojo Abordo, 1/2 cucharada pirniento choricero, 1 cucharadita pirnentón dulce, 5 hebras de azafrán, 100 g de tomate rallado, 100 g de cebolla picada Abordo, 50 g de ajos picados Abordo, 100 ml vino blanco, 50 ml brandy, 1 l caldo de marisco, 1 bogavante cocido Abordo, 1 cucharada de aceite de oliva Abordo, Sal.

### **PREPARACIÓN**

Descongelar y limpiar el bogavante, reservando la cabeza. Cortar la cola en rodajas y el resto de la carne en trozos pequeños y ponerlo a dorar en la cazuela con el aceite. Cuando este tomando color retirar el bogavante y reservarlo. Picar el pimiento rojo, saltear con la cebolla blanca y el ajo en aceite de oliva. Saltear el arroz, añadir el pimiento choricero, los tomates rallados, la cabeza del bogavante, el vino blanco y el brandy.

Añadir el caldo de mariscos. Dejar hervir lentamente hasta que el arroz esté cocido y la consistencia sea la de un arroz caldoso. Poner a punto de sal. Al final añadir el bogavante que está a media cocción y dejamos cocer a fuego lento.



Tiempo: 20 min. FÁCIL

# Almejas a la Marinera

### **INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:**

1 kg de almejas Abordo, 2 cucharadas de aceite de oliva, 150 g de cebolla picada Abordo, ¼ l de agua, 2 cucharaditas de ajos picados Abordo, ¼ kg de tomates maduros, 1 hoja de laurel, 1 dl de vino blanco, 1 cucharadita de harina, 2 cucharaditas de, perejil picado Abordo, ½ guindilla, 10 hebras de azafrán.

### PREPARACIÓN:

Picar el tomate (pelado y sin pepitas). Lavar bien las almejas. Si creéis que pueden llevar arena, las podéis poner en un bol con agua fría y abundante sal durante ½ hora más o menos antes de cocinarlas. Una vez lavadas, las pondremos al fuego con el ¼ l de agua y el vino. Una vez se hayan abierto, se retiran del caldo y se cuela. Se fríe el ajo con el aceite en una sartén o pequeña cacerola, añadimos la cebolla para que se rehogue. No debe tomar color así que lo haremos a fuego lento y removiéndola de tanto en tanto. Añadiremos la harina y le daremos unas vueltas, incorporamos el tomate, lo removemos un poco más y lo dejamos rehogar unos 5 minutos, siempre a fuego lento. Añadimos el caldo colado de las almejas, la guindilla, el laurel, la sal y el azafrán. Lo dejaremos cocer unos 10 minutos y añadiremos el perejil picado. Por ultimo incorporar las almejas dejar un minuto más de cocción y servir.



Tiempo: 30 min. FÁCIL

# Lubina con Salteado de Verduras

### **INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:**

4 ó 6 Filetes de Lubina, Salteado Campestre Abordo, Cebolla Troceada Abordo, Azafrán, Caldo de verduras ½ Taza, Jugo de limón, Sal y Pimienta al gusto, Mantequilla 50 g, Aceite de Oliva Abordo 2 cucharadas, Tomillo 1 rama, Vino blanco ½ Taza.

### PREPARACION

Poner en una sartén con un par de cucharadas de aceite previamente caliente el salteado campestre. Lo removemos de vez en cuando hasta que esté cocinado a nuestro gusto. Salpimentamos al gusto los filetes de lubina y los cocinamos en la plancha caliente, con un poco de aceite, primero por el lado de la piel. Agregue el vino, el caldo caliente, el jugo de limón, el tomillo y cocine en el horno precalentado a 180° C durante 8 a 10 minutos aproximadamente.

Retire el pescado de la sartén y mantenga al calor. Pase el fondo de cocción por un tamiz, mezcle con el azafrán y lleve al fuego. Deje reducir durante unos minutos y agregue la mantequilla mezclando enérgicamente. En el centro de un plato sirva los vegetales salteados con el pescado, y rocíe con la salsa al gusto.



Tiempo: 100 min. Moderada

# Bacalao al Horno con Verduras

# **INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:**

600 g de Bacalao Abordo, 4 Patatas Parisinas Abordo, 3 Tomates, 500 g de Cebolla picada Abordo, 2 Pimientos verdes, Aceite de Oliva Abordo, Pimienta y Sal.

### PREPARACIÓN:

Cortamos las patatas en rodajas un poco gruesas. Troceamos los tomates y los pimientos en trozos no muy pequeños y lo juntamos con la cebolla picada.

Cogemos una olla de barro y colocamos una capa de cebolla, después una capa de patatas, otra capa de pimientos y por último los trozos de bacalao. Repetimos las capas por este orden hasta que hayamos terminado los ingredientes.

Rociamos todo con un buen chorro de aceite de oliva, sal y pimienta. Tapamos la cazuela, la metemos en el horno y dejamos cocer todo durante 90 minutos a fuego lento.



# Canelones y lasañas

Riquísimas especialidades de pasta, lasaña, canelones de carne o de verduras, todas hechas como en casa con ingredientes de alta calidad.

Irresistibles clásicos de la cocina italiana que harán las delicias de los más pequeños de la casa y de los no tan pequeños.

Exquisitos sabores acompañados de los mejores ingredientes bañados por una deliciosa bechamel.



Sin romper la cadena de frío Directamente a tu **Hogar** 



Exquisita lasaña de receta griega a base de berenjenas,

2,95€

C-562 LASAÑA VEGETAL

C-247 MUSSAKA

carne y bechamel.

Estuche 300 g

Para los que le gusta cuidarse sin renunciar al sabor y calidad de una buena lasaña. Estuche  $300 \ g$ 

2,95€





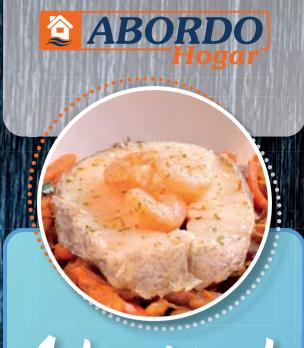


Disfrute del exquisito sabor que le confiere el alto contenido en atún, de la mejor calidad. **Estuche 300 g** 

2.95 €







# Selección de Pescados

CALIDAD Y SEGURIDAD ES SINÓNIMO DE SALUD Y BIENESTAR.

Para mantener una dieta equilibrada, debemos comer pescado al menos 4 veces a la semana. Ya sea en comidas o cenas.

Los pescados se dividen en tres grandes grupos:

**Blancos o Magros:** la grasa de estos pescados no sobrepasa el **2,5**%. Viven en aguas profundas, al no realizar grandes desplazamientos no tienen tanta grasa. Especies, normalmente, de gran tamaño.

**Semigrasos:** la grasa oscila entre el **2,5%** y el **6%**. Su carne es de color blanco y es fácil de digerir una vez cocinados, también suelen vivir en zonas profundas y al no realizar grandes desplazamientos no necesitan acumular demasiada grasa.

**Azules o Grasos:** pueden alcanzar más del **6%** y hasta un **10%** de grasa y son ricos en ácidos grasos poliinsaturados (son ácidos que nos ayudan a combatir el colesterol entre otras cosas). Viven en aguas más superficiales.



Sin romper la cadena de frío Directamente a tu **Hogar** 



C-343 **FILETES DE SARDINA**Filetes desespinados, listos para cocinar ricos en proteínas y minerales. **Bolsa 300 g** 

4.50 €



C-3231 **BOQUERÓN ENTERO**Boquerón tamaño mediano, especial para poner en vinagre y frituras.
(50/70 piezas/kg) Bolsa 1 kg

6,49€



C-859 **FILETES DE JUREL (SIN PIEL Y SIN ESPINAS)**También conocido como chicharro, tiene un alto contenido en proteínas, vitaminas y ácidos grasos omega-3. Además, posee una carne firme y jugosa que da mucho juego en la cocina. **Bolsa 400 g**4.50 €











C-37 **LOMITOS DE BACALAO** Lomitos de bacalao al punto de sal. Especial para freír y guisos. **Bolsa 850 g** 

10,00€



Nota importante: Los precios y pesos que indicamos en nuestros pescados son netos, sin el glaseado de protección.





C-224 LOMITOS DE BACALAO BLANCO (SIN PIEL) Lomos de bacalao (Gadus Morhua), desespinados y con el punto justo de sal. **2** x **150** g / 3,75 €/u

7,49 €



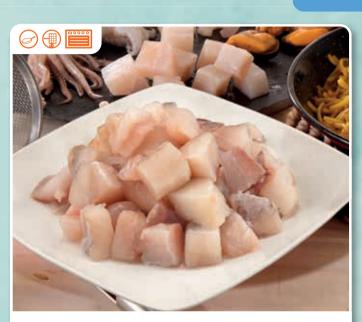
# C-484 **SOLOMILLOS DE BACALAO**

Sacados de filetes de Bacalao de la parte central. Solomillos de Bacalao desespinados. El bacalao es uno de los pescados más apreciados por la calidad de sus sus proteínas y sus pocas calorías.

9,95€ Bolsa 550 g







### C-3201 TAQUITOS DE RAPE (ESPECIAL ARROCES)

Tacos de 2x2 ya cortado y preparados para cocinar al gusto. Ideal para suquet, rebozado, con ajo picado.

7,95€ Bolsa 640 g



# C-3653 COLAS DE RAPE MEDIANO LIMPIO

Colas de rape medianas limpias, sin cabeza, sin piel y sin vísceras. Especial para parrilladas, salsas, guisos varios, etc.

(Piezas 150/300 g) Bolsa 640 g

6,95€

9,98 €/u aprox.



# C-7954 FILETES DE LUBINA (CON PIEL)

Se trata de un filete de pescado desespinado, el cual contiene un alto porcentaje de omega 3 y su consumo ha sido declarado beneficioso para la salud. Ideal para cocinar a la plancha, al horno, en salsa y con guarnición al gusto.

Bolsa 800 g aprox. / 22,95 €/kg

18.36 €/aprox

**18,36** €/aprox.



# C-7182 FILETES DE DORADA

Se trata de un filete de pescado desespinado, el cual contiene un alto porcentaje de omega 3 y su consumo ha sido declarado beneficioso para la salud.ldeal para cocinar a la plancha, al horno, en salsa y con guarnición al gusto.

Bolsa 800 g aprox. / 22,95 €/kg

**18,36** €/aprox.







Nota importante: Los precios y pesos que indicamos en nuestros pescados son netos, sin el glaseado de protección.



C-5026 **PESCADILLA SIN CABEZA (TRONQUITO)**Al limón, a la plancha, con arroz... muy fáciles de preparar. Variedad
Capensis. **Bolsa 1 kg aprox**.
7,49 €/kg









C-1027 **LENGUADO GRANDE LIMPIO**Es un lenguado holandés o Marruecos, los mejores de su especie, este es un tamaño ración de 150/200 g, ya pelado y sin visceras, listo para cocinar.
(150/200 g/pieza) / 25,95 €/kg

**5,19 €/u** aprox.



C-1256 **FILETES DE TILAPIA**Es el pescado con más proteinas y menos grasas. La Tilapia es un pescado muy similar al Besugo con una textura tersa y suave.
(Piezas 100/140 g) Bolsa 640 g 5,65 €







# Cefalópodos

# CALAMARES, PUNTILLAS, SEPIAS Y PULPOS

Sin espinas, nutritivos y deliciosos: Los Cefalópodos son una buena fuente de proteínas y minerales muy bien aceptada por niños y mayores, pues no tiene espinas.

Ricos en vitamina B2, vitamina B3 y en potasio por lo que son buenos para las personas hipertensas. Además contienen ácido fólico, vitamina C, calcio, magnesio y yodo.



Sin romper la cadena de frío Directamente a tu **Hogar** 



# C-210 TINTA DE CALAMAR/SEPIA

Su inconfundible color negro puede ser un gran aliado en la cocina para hacer platos muy llamativos tanto en lo visual como en lo gustativo.  $(2 \times 8 \text{ g})$  0.45 €



# C-260 PULPITO ENTERO

Pulpitos de 40 a 60 g cada pieza. Vienen limpios y congelados en "flor". El tamaño que tiene es bueno para tapas y trocear para salpicones, pulpo a la gallega, y también a la brasa. **Bolsa 1 kg** 

10,00€







**LIMPIA Y SIN PLUMA** 

Esta puntilla no lleva la pluma, esa molesta vaina del calamar que hay que quitar. La puntilla es el calamar pequeño ideal para frituras, al ajillo etc. Un manjar muy cotizado en todo nuestro país. Bolsa 800 g 10,65€





C-256 CALAMAR PLAYA NATURAL Un calamar perfecto del mejor origen de los cefalópodos Marruecos con bastante cuerpo, buena textura y excelente sabor. Pieza 400 g aprox. /19,95 €/kg

**7,98 €**/aprox.



C-101 ANILLAS DE POTA Del mejor calamar, las mejores anillas para rebozar y freír. **Bolsa 600 g** 

7,45€



Nota importante: Los precios y pesos que indicamos en nuestros pescados son netos, sin el glaseado de protección.

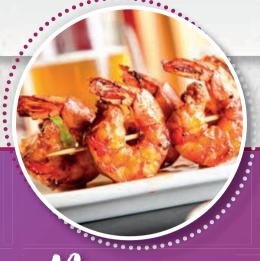


C-3010 TUBO DE POTA LIMPIA

Tubo de pota limpio de más de 18 cm. Sin alas, especial para cortar en anillas, plancha, guisos, enharinar y freír. Bolsa 640 g

8,95€





# Mariscos y Moluscos Gourmet

# Ultracongelados en alta mar

Cuidamos el más mínimo detalle desde su origen hasta tu hogar sin romper la cadena de frío.

Si no se indica lo contrario, nuestros Mariscos están en estado natural, es decir crudos.

### **Como cocer Marisco:**

De utilizarse agua normal, se le debe añadir sal (50 g de sal gorda/litro de agua o 140-180 g de sal normal). Se le suelen añadir otros ingredientes al gusto (laurel, cebolla, un poco de aceite de oliva, limón...). El Marisco congelado debe dejarse descongelar lentamente.

Debes de tener en cuenta que si el Marisco se pasa de cocción perderá gran parte de su sabor y textura. El hecho de que el marisco flote indica que ya está cocido.



Sin romper la cadena de frío Directamente a tu **Hogar** 







### C-597 GAMBAS RAYADAS

Nuestras gambas rayadas proceden de subastas de barcos nacionales, con la tecnología para poder ultracongelar el marisco recien pescado en el propio barco. (40/60 pzas./kg) Estuche 1 kg

Consulte a su comercial



C-138 GALERAS GRANDES Galeras del Mediterráneo para sopas, arroces y plancha. Bolsa 500 g

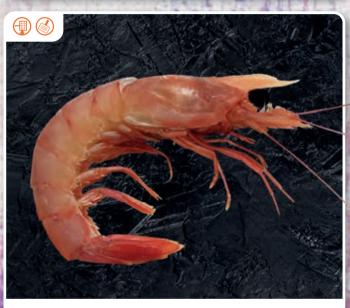
5,95€



# C-471 COLAS GAMBÓN GRANDE (SIN PIEL)

Colas peladas de gambón argentino tamaño grande (desvenada), limpia de arena especial para gambas al ajillo.

Bolsa 400 g 11,50€



# C-3684 GAMBÓN GRANDE

Gambón ultracongelado en alta-mar, 1ª calidad, un marisco muy versátil, se adapta a cualquier forma de cocinar, plancha,

cocido, arroces, etc.. (20/30 piezas.) Estuche 2 kg

### C-3417 GAMBÓN ROSADO

Gambón rosado. Textura firme intenso sabor. Especial para mariscadas y arroces. (20/30 piezas.) Estuche 800 g

12,95€

14,95 €/kg



¿NO ENCUENTRAS EL MARISCO QUE BUSCAS?

Consulta a tu comercial





C-4828 GAMBAS ROJAS PELADAS GIGANTES

Especial para hacer al ajillo y otras especialidades con un producto de  $1^{\circ}$  calidad. (10/30 pzas./lb) Bolsa 750 g

19,95€





C-671 LANGOSTINOS COCIDOS MEDIANOS Estos langostinos, populermente, se dejan descongelar y se toman fríos. También se pueden calentar a la plancha. 5,95€

Bandeja 350 g

TIEMPOS DE COCCIÓN APROX.		(1)
Bogavantes	60 g	25'
Buey de Mar	60 g	20'
Centollos	60 g	15'
Cigalas	60 g	3'
Gambas	50 g	1,5'
Langostas	30 g	9'
Langostinos	50 g	2'
Nécoras	60 g	6'
Percebes	70 g	6'
Bocas y Cuerpos peq.	50 g	8'
Cuerpos grandes	50 g	6'
	gramos/L	



C-2654 CANGREJO AZUL PARTIDO

Cangrejo azul de origen Mediterráneo, crudo. La carne es abundante, sabrosa, suave y con un toque dulce. Poco salado.

9,50 € Estuche 1 kg



C-633 GAMBAS SALADAS COCIDAS

Estas gambas blancas cocidas son muy apreciadas en el Sur, sobre todo en Huelva y Cádiz, de donde provienen mayormente.

Bandeja 360 g 7,95 :

7,95€



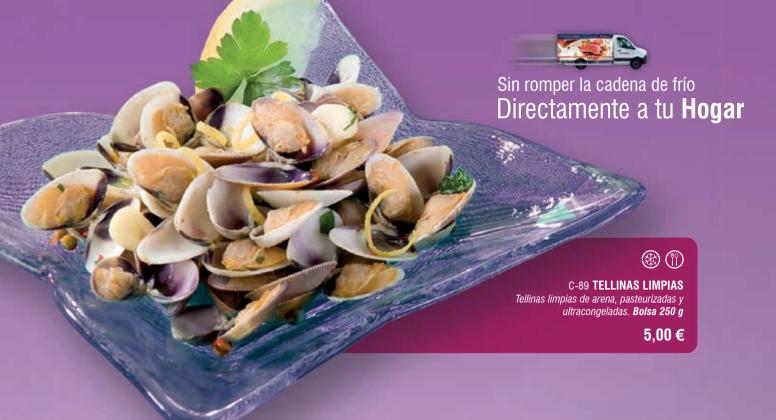


C-3145 **ALMEJA FINA GRANDE** 

Deliciosas almejas finas blancas. Ideales al vapor, con salsa, etc. Limpias de arena.

(50/70 pzas./kg) Bolsa 1 kg

5,95€





C-8004 VIEIRA DEL PACÍFICO 1/2 CONCHA

Media concha de vieras, limpias y depuradas para platos muy especiales.
(10/20 pzas./kg) Bolsa 1 kg

18,95 €



C-124 MEJILLONES GRANDES COCIDOS SIN CONCHA
Solo la carne del mejillón. De esta manera, podrá utilizarlos en ensaladas,
guisos o fondos de pescado sin que suelten tierra.
Bolsa 2 x 300 g 7,90 €











# Revueltos y Ensaladas



C-6385 **ARROZ 6 DELICIAS** El mejor y más completo arroz 6 delicias de la tradicional receta con tortilla y jamón. **Bolsa 1 kg** 

5,90€





### C-34 ENSALADA CON POLLO

Tiras de pollo asadas, maíz dulce, papaya troceada, pasas <sub>.</sub> zanahoria en tiras. **Bolsa 300 a** 

3,00€



### C-368 **CÓCTEL PARA ENSALADAS**

Gambas cocidas, rodajas de palitos de cangrejo, échele un poco de mayonesa y perfecto para sus ensaladas.

Bolsa 300 g

3,75€



C-42 **REVUELTO DE ESPÁRRAGOS, AJOS Y GAMBAS**Un tradicional revuelto. Fácil de preparar: sin descongelar, saltear en la sartén durante 6 minutos y agregar (si se desea) unos huevos batidos. **Bolsa 400 g**3,50 €



Hogar te ofrece.

Comparte pues esta experiencia con amigos y conocidos y recibe como agradecimiento un Vale Regalo. Rellena el cupón de recomendación con los datos del nuevo cliente y entrégaselo a tu comercial. Cuando el nuevo cliente haya realizado su primera compra (superior a 25 €), recibirás tu Vale Regalo.

Entrega el Vale Regalo Abordo a tu comercial y elige entre estos productos: Coulant de Chocolate (C-2019), Lomitos de Salmón Salar (C-6120), Taquitos de Rape (3201) o Solomillos de Atún (C-1131).

# Mi Cliente Recomendado

Reliene este cupón, recórtelo y entréguelo a su vendedor personal en su próxima visita.



# Mi Cliente Recomendado

Reliene este cupón, recórtelo y entréguelo a su vendedor personal en su próxima visita.

2	ABORDO
---	--------

Nombre y apellidos

Población:

Teléfono/ Móvil:

Correo electrónico (email):

Código de Ciente Abordo

Código Postal:

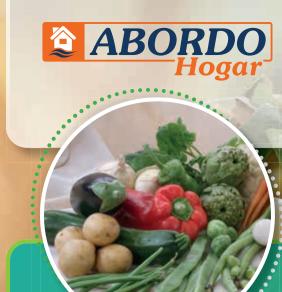
Población Teléfona/ Móvil:

Correo electrónico (email):

Código de Ciente Abordo:

Nombre y apellidos:

Código Postal:



# Verduras Naturales

100% LIMPIAS Y SIN MERMAS

¿POR QUÉ CONSUMIR VERDURAS NATURALES ULTRACONGELADAS?

El proceso de siembra y recolección es exactamente el mismo que el de tu verdulería de confianza.

Lo único, que nuestras verduras, tras ser recolectadas, se envían automáticamente a limpiar, cortar (si fuera preciso) y ultracongeladas en un tiempo record.

Esto garantiza que siempre estén como el primer día de su recolección.

Además, te ahorrarás el trabajo de tener que limpiar, trocear o tirar desperdicios, etc.



Sin romper la cadena de frío Directamente a tu Hogar



## C-8239 PISTO DE VERDURAS

Las mejores verduras seleccionadas para ofrecerte el mejor pisto de verduras. También puedes usarlo de base para otras recetas. Bolsa 1 kg

3.95€

# TIEMPOS DE COCCIÓN APROX.



Alcachofas Cortadas	20'
Brócoli	2/4'
Cardo	30/35'
Coles de Bruselas	8/10'
Coliflor	6'
Espinacas Hojas	8/10'
Garrofón	30'
Guisantes	5/7'
Habas Baby	8/10'
Judías Verdes	7/10'
Maíz Dulce	7/10'
Verdura para Sopa	20'
Otras Mezclas	20'
	minutoe



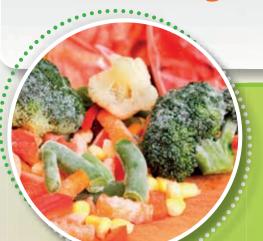
# C-8012 ENSALADILLA RUSA

La perfecta combinación de textura hace que se cocinen todos en un mismo tiempo. Añada mayonesa y lista!. **Bolsa 1 kg** 

2.00€









# Verduras Fuente de energía





# C-8179 COLIFLOR

Recolectados completamente cerrados, solo los floretes más tiernos y compactos, sin troncos duros.

Bolsa 1 Kg

2,50€



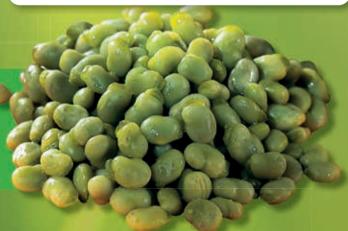


## C-3857 HABITAS SUPERBABY

De la mejor variedad, seleccionamos el tamaño más pequeño que determina el excelente sabor y textura.

Bolsa 1 kg

9.95€







C-406 GARROFÓN (PRECOCIDO)

Es una de las verduras típicas de la paella, así como su utilización en cualquier otro guiso.

Bolsa 400 g

2,00€







# C-69 ALCACHOFAS CORTADAS

Contiene elevadas proporciones de hierro y calcio. Muy recomendables para diabéticos. Bolsa 400 g

2,50€



C-705 **AJO PICADO** 

Le facilitamos la labor en la cocina. Ajos limpios y troceados preparados para consumir directamente.

Bolsa 125 g 1,50€



C-8051 CEBOLLA LIMPIA Y TROCEADA

Cortada y limpia. Es un avance tener siempre a mano una cebolla para sus recetas: Tortillas, salsas, fondos, etc. Indispensable en tu congelador. Bolsa 1 kg

2,30 €



C-7003 PEREJIL PICADO

Perejil troceado 6 mm. Olvídate del perejil seco. Ten siempreen tu congelador perejil fresco congelado. **Bolsa 75 g** 

1,25€



C-525 **MAÍZ DULCE**Maíz grano, dulce grado AA y A, con una mínima cocción y con un gran sabor natural. Descongelar y consumir.

Bolsa 450 g

1,25€







C-8024 JUDÍAS VERDES PLANAS Judía limpia de tierra y troceada. Lista para cocinar. Bolsa 1 kg

2,60€





C-92 AJOS TIERNOS TROCEADOS Limpios de hojas duras, solo lo más tierno, listos para cocinar. Bolsa 300 g

C-8026 JUDÍAS MUY FINAS ENTERAS Judía baby, extrafina y muy tierna. Sin puntas y sin hebras. Bolsa 1 kg

2,95€



No todos los guisantes son iguales. Abordo selecciona para ti los más dulces y tiernos para que puedas disfrutar de ellos con el mínimo tiempo de cocción.





C-8019 GUISANTES EXTRAFINOS

Los más apreciados por su extraordinario sabor dulce y muy tiernos. Bolsa 1 kg

3,30 €

2,35€

# Directamente a tu Hogar Sin romper la cadena de frío







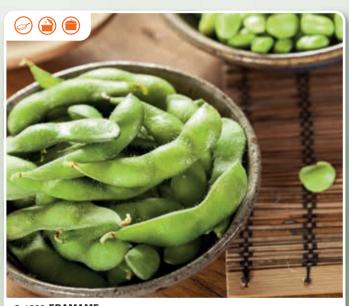




C-8262 HOJAS DE ESPINAÇAS (SIN TALLO)

Las hojas de espinacas son ricas en vitaminas A´y C y destacan por su contenido en hierro. Pruébelas crudas en ens<u>alada o</u> haga una tradicional tortilla de espinacas. Bolsa 1 kg

2.65€



C-1592 EDAMAME

C-1992 **EUNHAMIE**Fuente de proteinas de origen vegetal. Rico en fibra, calcio, hierro y magnesio. Ideal como aperitivo salteado con salsa de soja y semillas de sésamo. Añade cayena para un toque picante. iCuando las pruebes no pdrás parar! **Bolsa 500 g** 

2,95€

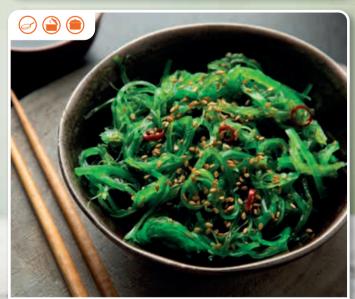


C-60 ESPÁRRAGOS VERDES EXTRA

Producto ideal para hacer revueltos. Solos o combinados con un sinfín de alimentos, son deliciosos y muy saludables.

Bolsa 300 g

2,50€



C-592 WAKAME

Cuídate e incluye este superalimento en tu dieta. El alga Wakame aporta calcio, yodo, hierro y ácido fólico. Puedes prepararla en ensalada con pepino, salsa de soja y vinagre rebajado con agua. Añade semillas de 7,95€ sésamo. iDeliciosas! Bolsa 1 kg

# Ensalada de Wakame

Tiempo de preparación: 15 minutos.

# Ingredientes para 4 personas:

- Algas wakame **Abordo**.
- 1 cucharadita de semillas de sésamo.
- 1 cucharadita de vinagre de arroz.
- 2 cucharaditas de salsa de soja. Unas gotitas de aceite de sésamo y sal.

# Elaboración:

- 2. A continuación, las cortamos en tiras muy finas con un cuchillo bien 1. Descongelamos el Wakame y escurrimos.
- anauo. 3. Mezclamos las tiras de wakame con 1 cucharadita de semillas de S. MICZUALITUS IAS LITAS DE WANAITIE COIT I CUCHAI AUTA DE SEININAS DE SÉSAMO, 2 cucharaditas de salsa de soja, 1 cucharadita de vinagre de sésamo, 2 cucharaditas de salsa de soja, 1 cucharadita de vinagre de sesamo, 2 cucharaditas de salsa de soja, 1 cucharadita de vinagre de sesamo, 2 cucharaditas de salsa de soja, 1 cucharadita de vinagre de sesamo, 2 cucharaditas de selectivos de sesamo, 2 cucharaditas de selectivos de selectivo arroz y unas gotitas de aceite de sésamo.
- 4. Removemos y rectificamos de sal.

Esta ensalada admite muchos más ingredientes, como pepino cortado en tiras finas, alga agar, huevas de trucha o salmón, ahumados, etc.





# C-5548 **SECRETO DE CERDO**

Una pieza muy sabrosa, textura y sabor extraordinario. En su elaboración y consumo no requiere de excesivos condimentos. Su característica jugosidad, proporciona excelentes filetes a la plancha o a la brasa.

Paquete 1 kg aprox.

10,95 €/kg



C-5532 TIERNO SOLOMILLO DE CERDO CRUDO Magníficos solomillos de cerdo envasados al vacío individualmente. Piezas 500/800 g

9,95 €/kg



C-565 CARETA DE CERDO TROCEADA CRUDA Este tradicional plato, cuenta con numerosos adeptos. ¿Será por su sabor?. Bolsa 1 kg



C-301 ALBÓNDIGAS DE CARNE CASERAS Típicas albóndigas de carne mixta; ternera y cerdo, ideales para guisos, tapas y aperitivos. **Bolsa 500 g** 3,49 €



**45** 





C-5501 **ALITAS DE POLLO (3 FALANGES)** Limpias, de máxima calidad. Producto ideal para cocinar frito. **Caja 2 kg** / 7,90 €/caja



C-5510 **ALITAS DE POLLO ADOBADAS**Solo las dos falanges más carnosas, y con un adobo especial. Listas para descongelar y cocinar, fritas o al horno. **Bolsa 1 kg 5,90 €** 



C-252 **HAMBURGUESA CON VERDURAS**Estas hamburguesas están elaboradas con materias primas de primera calidad. (2 x 80 g)
2,00 €



C-499 **HAMBURGUESA EXTRA 100% TERNERA**Tierna hamburguesa de carne de ternera de primera. Prepárela a la parrilla o en sartén, éxito seguro.
(180 g)
2,00 €



3,95 €/kg



# Heladeria Tradicional

Nuestros helados se elaboran de forma artesanal y natural, con los ingredientes más selectos. Leche, nata, mantequilla de primera calidad.

Están hechos por manos expertas. Nuestros artesanos son los mejores, le invitamos a probarlo.



Sin romper la cadena de frío Directamente a tu **Hogar** 



& Sin Gluten

C-1035 C Refrescar con zumo Estuche

C-3978 **HELADO DE LECHE MERENGADA CON CANELA**Crema de helado de leche merengada, aromatizada con limón y canela. iUna
sensación intensa y agradable!. No encontrará otra igual. **Tarrina 1 L**6,95 €



C-936 TARTA LAMINADA DE NATA Y CHOCOLATE Conocida popularmente como "Tarta Contesa". Estuche 1 L / 0,30 €/ración aprox.

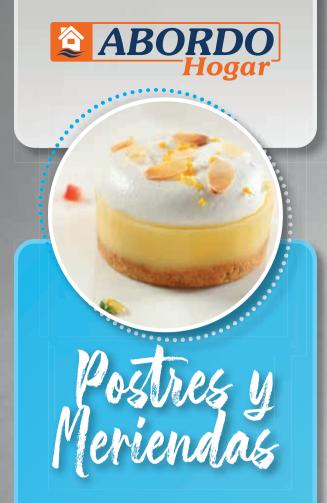


C-724 **TARTA AL WHISKY**Típica tarta tradicional al whisky con bizcocho. En formato rectangular para facilitar el corte. **Estuche 1100 ml** / 0,38 €/ración aprox.

3,75 €

3,00€



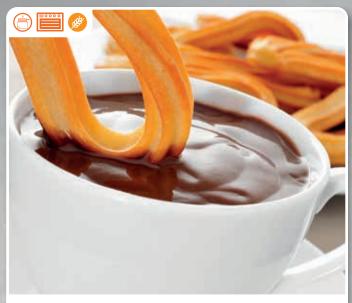


Nuestras deliciosas creaciones en pastelería, pretenden emocionarte, ofrecerte auténtico sabor, y por ello son elaboradas con los mejores ingredientes.

En *Abordo* pensamos que el sabor comienza por la calidad, esta es la principal premisa en la elaboración y selección de todos nuestros productos.

Debes de saber que nuestras especialidades dulces marcan tendencia. Un mundo de delicadeza y dulzura, creaciones tradicionales para postres, meriendas y momentos especiales.

iTe invitamos a que lo descubras tú mismo y las disfrutes!

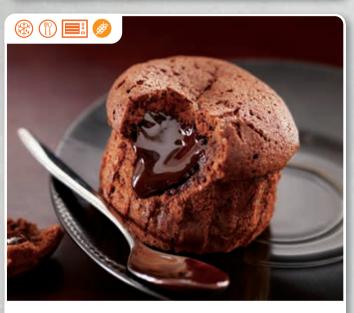


## C-318 CHURROS LAZO

Deliciosos y crujientes, nuestros churros con forma de lazo, listos para freír en abundante aceite muy caliente.

Bolsa 400 g

1,25€



## C-2019 COULANT DE CHOCOLATE (RECETA MEJORADA)

Esta riquísima magdalena de chocolate con chocolate líquido por dentro te sorprenderá. Lista en 50 segundos al microondas.

Estuche 2 x 90 g / 1,48 €/u

2,95€





# C-882 **DELI MOUSSE DE CHOCOLATE**

Esta mousse de chocolate es perfecta para los fans del chocolate ya que tiene un sabor muy potente y su textura llena de burbujas de aire es una auténtica delicia. Estuche 500 q

6,95€



# ABORDO El Sabor comienza por la Calidad



## C-9891 ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA (AOVE)

Solo con la aceituna picual, en su primer prensado, conseguimos un aceite de oliva 100% virgen extra, con esta calidad y sabor únicos. No esta refinado lo que hace que al calentarlo crezca un 20-25% aprox. Botella 2 L

13.50€

# C-4601 CALDO DE POLLO C-4605 CALDO DE PESCADO

Caldos de pollo y pescado, listos para calentar y consumir. Elaborados con materias primas de 1ª calidad.

1.95€



# C-9779 ARROZ REDONDO (D.O. VALENCIA) Nuestra Denominación de Origen exige el cultivo exclusivo de las variedades locales en el medio natural adecuado, con un sistema de riego que

favorece la maduración homogénea del grano alcanzando la más elevada calidad industrial y culinaria. Paquete 1 kg

1.49€





## C-4607 CALDO DE PAELLA CON SOFRITO

El Caldo con sofrito Cremulux te permite preparar con gran facilidad una paella, ya que ahorra la elaboración tanto del sofrito como del caldo. Incluye el caldo gambas, pescado y aceite de oliva y por otro el sofrito con hortalizas seleccionadas.

Brick 1 L

2.95€

\* LOS PRODUCTOS DE DESPENSA SE VENDERÁN EXCLUSIVAMENTE JUNTO A SU PEDIDO DE ULTRACONGELADOS.

# CONOCE LAS GRANDES VENTAJAS QUE TE OFRECE EL SERVICIO ABORDO HOGAR:

GARANTÍA DE CALIDAD



Si algún producto Abordo no te satisface, te abonamos su dinero o puedes cambiarlo por otro.

PRODUCTOS DE MÁXIMA CALIDAD



Nuestros profesionales de compras Abordo seleccionan y controlan las mejores materias primas desde el origen.

PAGA CÓMODAMENTE



1. Efectivo 2. Tarjeta de crédito y débito

TELÉFONO DE ATENCIÓN AL CLIENTE



Nuestro equipo de atención al cliente atenderá tu pedido y te lo serviremos en casa a la mayor brevedad.

TEL. 901 100 151 Pedido mínimo 15€



# No rompas la cadena de frío, te lo llevamos a casa.



En cumplimiento de establecido en la Ley orgánica 15/1999, Friservice Valencia S.L. le informa que los datos por usted aportados se incorporarán a nuestro fichero mecanizado de clientes con la finalidad de poder llevar a cabo la venta y servicio a domicilio de nuestros productos. El titular se compromete a comunicar cualquier modificación que se produzca en dichos datos. Usted podrá en cualquier momento ejercer sus derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición en los términos legalmente establecidos mediante carta certificada adjuntando copia de su DNI dirigida al responsable del fichero : Friservice Valencia S.L., con domicilio en Avd. Alquería de la mina s/n, Polígono Industrial La Mina 46200 Paiporta (Valencia).

Productos disponibles hasta fin de existencias. Precios válidos exceptuando errores tipográficos







