

Supremas de Bacalao (al punto de sal) (sin espinas)

Receta



35 MIN



3 PERS



FÁCIL

INGREDIENTES

- 450 g supremas de bacalao **Abordo**
- 150 g salteado de verduras **Abordo**
- 1 tomate de pera pequeño
- aceite de oliva virgen **Abordo**
- sal y pimienta en grano
- perejil picado **Abordo**

PREPARACIÓN

Descongelar el bacalao y escurrir sobre papel de cocina. Poner dos cucharadas de aceite en una sartén y cuando esté caliente poner el bacalao por el lado de la piel. Darle un par de vueltas y espolvorear con perejil picado fresco.

Incorporar el salteado de verduras, dejar cocer unos minutos y añadir el tomate, pelado, sin semillas y cortado en tacos. Salpimentar y saltear cinco minutos más.

Emplatar las verduras con el bacalao y servir caliente.

C-96
Bolsa 450 g (netos sin glaseado)

antes:

~~5,95 €~~

El kg le sale a 13,22 €

4'99
€

El kg le sale a 11,09 €

más recetas en

www.abordo.es

Precios válidos del 11 al 31 de octubre
de 2021 en tiendas adscritas a la promoción.

C-705
Ajo Picado
Bolsa 125 g



antes: ~~0,99 €~~
El kg le sale a 7,60 €

0'79 €
El kg le sale a **6,32 €**

C-7003
Perejil Picado
Bolsa 75 g



antes: ~~0,99 €~~
El kg le sale a 13,20 €

0'79 €
El kg le sale a **10,53 €**



C-8029
Menestra con Espárragos
Bolsa 1 kg



antes: ~~1,95 €~~

1'79 €

C-8262
Hojas de Espinacas
Bolsa 1 kg



antes: ~~1,59 €~~

1'49 €

C-15
Salteado Mixto de Setas
Bolsa 400 g



antes: ~~1,87 €~~
El kg le sale a 4,68 €

1'45 €
El kg le sale a **3,63 €**

!!! Especial Puchero!!!

C-81
Garbanzos
Bolsa 400 g



antes: ~~1,10 €~~
El kg le sale a 2,75 €

0'99 €
El kg le sale a 2,48 €



C-4587
Pelotas para Cocido
Bolsa 350 g



antes: ~~2,67 €~~
El kg le sale a 7,63 €

1'99 €
El kg le sale a 5,69 €



C-5536
Arreglo Puchero
Bolsa 800 g

3'99 €

El kg le sale a 4,99 €



C-871
Higaditos de Pollo
Bolsa 500 g



antes: ~~1,35 €~~
El kg le sale a 2,70 €

1'19 €
El kg le sale a 2,38 €



C-870
Mollejas de Pollo Limpias
Bolsa 500 g



antes: ~~1,35 €~~
El kg le sale a 2,70 €

1'19 €
El kg le sale a 2,38 €



C-965
Filetes de Merluza (sin Piel)
Bolsa 540 g (netos sin glaseado)



SIN PIEL / SIN ESPINAS



antes: ~~3,99 €~~
El kg le sale a 7,39 €

3'79 €
El kg le sale a 7,02 €

C-3231
Boquerones Enteros
(50/70 piezas/kg) Bolsa 1 Kg
(netos sin glaseado)



antes: ~~4,99 €~~
El kg le sale a 7,39 €

3'99 €



Del Mar a tu Mesa

C-947
Lenguado Entero (Acedía)
Bolsa 640 g (netos sin glaseado)




antes: ~~5,95 €~~
El kg le sale a 9,30 €

4'95 €
El kg le sale a 7,73 €

C-288
Filetes de Caballa
(2 x 125 g) 250 g (netos sin glaseado)




antes: ~~2,45 €~~
El kg le sale a 9,80 €

2'25 €
El kg le sale a 9,00 €

C-139
Rodajas de Salmón Salar.
Bolsa 640 g
(netos sin glaseado)



antes:
~~6,65 €~~

El kg le sale a 10,39 €

5'99 €

El kg le sale a **9,36 €**



C-1131
Solomillos de Atún
(2 x 125 g) Bolsa 250 g

(netos sin glaseado)

SIN PIEL / SIN ESPINAS



antes:

~~3,47 €~~

El kg le sale a 13,88 €

2'99 €

El kg le sale a **11,96 €**



C-1060
Colas de Rape

(80/150 g/pieza) Bolsa 640 g

(netos sin glaseado)



antes:

~~3,95 €~~

El kg le sale a 6,17 €

2'99 €

El kg le sale a **4,67 €**



C-363
Filetes de Panga

Bolsa 640 g (netos sin glaseado)



SIN PIEL / SIN ESPINAS

antes:

~~3,49 €~~

El kg le sale a 5,45 €

3'19 €

El kg le sale a **4,98 €**



Deliciosos y fáciles de preparar

C-314
Anillas a la Romana
Bolsa 300 g




antes:
~~1,39 €~~
El kg le sale a 4,63 €

1'25 €
El kg le sale a 4,17 €

C-488
Rabas de Calamar Empanadas Bolsa 400 g




antes:
~~2,97 €~~
El kg le sale a 7,43 €

2'59 €
El kg le sale a 6,48 €

C-300
Empanadillas de Atún
Bolsa 250 g




antes:
~~0,97 €~~
El kg le sale a 3,88 €

0'90 €
El kg le sale a 3,60 €

C-122
Filetes de Bacalao Empanado
(140/160 g/pieza)




antes:
~~1,57 €~~
El kg le sale a 9,81 €

1'29 €
El kg le sale a 8,06 €

C-1449
Tempura de Verduras
Bolsa 400 g




antes:
~~2,78 €~~
El kg le sale a 6,95 €

2'49 €
El kg le sale a 6,23 €

C-358
Patatas Corte Grueso
Bolsa 1 kg




antes:
~~1,19 €~~

1€

!!! Especial Platos Preparados !!!



C-2128 **Tallarines a la Carbonara**
Bandeja 350 g

C-2127 **Espaguetis a la Boloñesa**
Bandeja 350 g

C-818 **Caracoles en Salsa Casera**
Bolsa 300 g

antes: ~~1,99 €~~
El kg le sale a 5,69 €

1'89 €

El kg le sale a 5,40 €

antes: ~~3,95 €~~
El kg le sale a 13,17 €

3'45 €

El kg le sale a 11,50 €



Especialidades en Mariscos y Pescados

Degusta una exquisita gama de platos preparados de forma fácil y rápida. (Bandeja 300 g)

antes: ~~3,99 €~~
El kg le sale a 13,30 €

3'50 €

El kg le sale a 11,67 €



C-904 **Langostinos con Salsa Tomate, Hierbas y Fusillis**



C-903 **Langostinos a las Finas Hierbas con Tallarines**



C-902 **Merluza a la Marinera con Arroz**



C-901 **Merluza a la Vizcaína con Arroz**

2021 en tiendas adscritas a la promoción.

!!! Quesos Naturales Empanados!!!



C-896 **Camembert Empanado**
Bolsa 220 g

antes: ~~2,95 €~~
El kg le sale a 13,41 €
2'60 €
El kg le sale a 11,82 €



C-863 **Finger de Mozzarella**
Bolsa 300 g

antes: ~~2,69 €~~
El kg le sale a 8,97 €
2'49 €
El kg le sale a 8,30 €



C-894 **Medallones de Queso de Cabra**
Bolsa 200 g



antes: ~~2,95 €~~
El kg le sale a 14,75 €
2'20 €
El kg le sale a 11,00 €



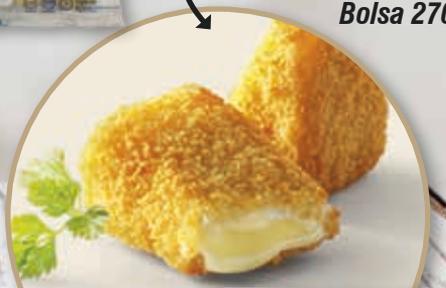
C-898 **Queso Fresco Tempura**
Bolsa 220 g



antes: ~~3,59 €~~
El kg le sale a 16,32 €
2'99 €
El kg le sale a 13,59 €



C-895 **Triángulos de Queso Brie**
Bolsa 270 g



antes: ~~3,75 €~~
El kg le sale a 13,89 €
2'99 €
El kg le sale a 11,07 €



Precios válidos del 11 al 31 de octubre de 2021 en tiendas adscritas a la promoción.

Su tienda especializada en alimentación congelada más próxima en:

ALBACETE:

C. Baños, 8 (exclusivista)

CASTELLÓN:

LA VALL D'UIXÓ:
Avd. Corazón de Jesús, 42
VILA-REAL:
Avd. Francisco Tárrega, 30

VALENCIA PROVINCIA:

ALAUQUÉS:
Avd. País Valenciano, 7
ALFAFAR:
C. Alcalde José Puertes, 10
BENIFAYÓ:
C. San Roque, 2

BURJASSOT:

C. L'Almara, 8
MANISÉS:
C. Masia de la Cova, 44
MUSEROS:
Avd. Constitución, esq. con
Fco. de Vinatea, s/n
SEDAVI:
C. Gómez Ferrer, 10
SILLA:
Plz. Era de la Catarra, 2 bajo
(Esq. con Rambla Independencia)
TORRENTE:
C. Mosén Sagra, 10
PUERTO DE SAGUNTO:
C. Sepúlveda, 57

VALÈNCIA CAPITAL:

C. José M^a Mortes Lerma, 17
C. Oltá, 36
C. Poeta Mas y Ros, 84
C. Reverendo José Noguera, 21



Precios válidos exceptuando errores tipográficos

ABORDO TIENDAS ESPECIALISTAS, S.L.U. Crta. Benetússer-Paiporta, 64 · Pol. Ind. La Mina · 46200 PAIPORTA (Valencia)



CUANDO NO ME NECESITES NO ME ARROJES AL SUELO, DEPOSITAME EN UN CONTENEDOR AZUL, GRACIAS

TELÉFONO DE ATENCIÓN AL CLIENTE:
901 100 151
www.abordo.es



Encuétranos en:
@abordocongelados