

COZINHAS DO MUNDO
Uma viagem pelos sabores

COZINHA
MÉXICO

•
COZINHAS
DO MUNDO



MÉXICO

27 DE JUNHO A 31 DE JULHO DE 2018



DISPONÍVEL
EM FORMATO
DIGITAL EM
CONTINENTE.PT



O QUE RENDE É IR AO
CONTINENTE

A COZINHA MEXICANA

A CULINÁRIA MAIS COLORIDA DO MUNDO



O México tem a gastronomia mais colorida do mundo, repleta de sabores intensos e texturas variadas, privilegiando sempre os produtos locais, como o milho, o feijão, os jalapeños, as pimentas e outras especiarias. Apesar de refletir o legado de culturas nativo-americanas e da época colonial espanhola, a culinária é sempre influenciada pelas condições geográficas e modos de vida de cada região. Assim, a norte são mais comuns os pratos com carne de vaca e cabra, enquanto a região central privilegia os pratos à base de milho, especiarias e a "carnita" (carne de porco). Mais a sul a carne de frango é a mais utilizada e os pratos tendem a ser mais picantes. Junto à costa, naturalmente, predominam peixes e mariscos. Não perca mais tempo, descubra no Continente tudo o que precisa para recriar facilmente em casa os pratos mais típicos do México.

Dip Guacamole Mexifoods 330g

Adicione aos seus burritos, tacos, nachos ou fajitas, para um sabor ainda mais tradicional.

€1,99 /Unid
€ 6,03/kg

Mini Barquitas Old el Paso 145g

Prontas a recheiar e saborear. Experimente com chili e guacamole ou outro recheio a gosto.

€3,39 /Unid
€ 23,38/kg

Wrap Zanuy Sementes 240g

Prepare uma refeição prática e muito versátil com os recheios que mais gostar, quentes ou frios.

€2,69 /Unid
€ 11,21/kg

Feijão Veg Chilli Heinz 390g

Delicioso feijão com tomate e toque picante. Acompanhe com nachos ou seja criativo e inclua em várias receitas.

€2,59 /Unid
€ 6,64/kg

Jalapeños Cortados Old el Paso 215g

Célebres pimentos verdes, de sabor intenso e médio picante. Ótimos em saladas e tacos.

€4,09 /Unid
€ 19,02/kg



Tostadas de Frango

40 MINUTOS | 4 PESSOAS | FÁCIL

INGREDIENTES

Para o frango:

- > 600 g de peito de frango
- > Azeite q.b.
- > 1 chávena de molho barbecue
- > 2 c. sopa de raspa de lima
- > 1 lima (sumo)
- > 1 dente de alho
- > 1 c. sopa Jalapeños cortado Old el Paso

Para a salsa:

- > 1 c. chá de cominhos em pó
- > Sal e pimenta q.b.
- > 2 tomates de rama grandes
- > 3/4 de manga
- > 2 c. sopa de Jalapeños cortados Old el Paso
- > 1 cebola roxa
- > 2 c. sopa de coentros picados
- > 1 c. sopa de raspa de lima
- > 1 lima (sumo)
- > 1 c. sopa de tequila Tiscaz
- > 1 chávena de feijão veg chilli Creationz Heinz
- > Óleo q.b.
- > 4 Wraps Zanuy Sementes
- > 1 embalagem de Molho Dip Guacamole Mexifoods

PREPARAÇÃO

Corte o peito de frango em tirinhas e regue com uma colher de sopa de azeite, o molho barbecue, a raspa e o sumo de lima e o dente de alho picado finamente. Numa frigideira, com um fio de azeite, frite o frango até as tiras estarem bem coradas e cozinhadas. Antes de terminar polvilhe com os jalapeños, misture e reserve.

Numa taça misture os cominhos, uma pitada de sal e pimenta, os tomates e a manga cortados em cubinhos, os jalapeños, a cebola roxa picada finamente, os coentros, o sumo de lima e a tequilha. Envolve tudo muito bem e deixe marinar cerca de 15 minutos.

Enquanto isso, aqueça o feijão veg chilli e noutra frigideira aqueça um fundo de óleo até estar bem quente e frite os wraps até estarem estaladiços e crocantes. Retire, escorra o excesso de gordura e comece a montar as tostadas.

Disponha as tortilhas seguidas do feijão, do molho salsa Guacamole e finalize com o frango e a marinada de manga e tomate. Repita o processo até terminar as tortilhas e os ingredientes.



TEQUILA TISCAZ BRANCA 70CL

€12,79^{Unid}
€ 18,27/L

A mais carismática bebida mexicana, com que se prepara a célebre Margarita. Crie ambiente como aperitivo ou termine como digestivo.

DESCUBRA
TODAS AS
RECEITAS EM
CHEF.CONTINENTE.PT

Tortilla Chips Queijo Old el Paso 185g

À base de grão de milho inteiro,
óleo de girassol e condimentos.
Petisque a qualquer hora do dia
ou como aperitivo.

€2,59 /Unid
€ 14/kg



Tortilla Chips Chili Old el Paso 185g

Sabor intenso e picante,
para apreciar como
aperitivo ou ingrediente
de pratos tradicionais.

€2,59 /Unid
€ 14/kg



Mini Molho de Queijo Old el Paso 200g

Cremoso molho de
queijo fundido, ideal
para acompanhar
tortillas ou nachos.

€2,79 /Unid
€ 13,95/kg



Nachos de queijo Mexifoods 200g

Combinação de milho,
queijo e toque picante,
para saborear simples ou
mergulhar nos deliciosos
molhos mexicanos.

€2,35 /Unid
€ 11,75/kg



Guacamole Mix Condimento Old el Paso 20g

O tempero que deve
ter sempre à mão para
as suas receitas de
sabor à México!

€1,25 /Unid
€ 62,50/kg



Nachips Old el Paso 185g

Perfeitos para mergulhar
num molho e partilhar com
a família ou amigos num
momento descontraído.

€2,59 /Unid
€ 14/kg



CONTINENTE



Guacamole e Pico de Gallo

20 MINUTOS | 4 PESSOAS | FÁCIL

INGREDIENTES

Para o Guacamole:

- > 3 abacates maduros
- > 1/2 pimento verde
- > 1/2 tomate de rama
- > 1 cebola roxa
- > 1 lima (sumo)
- > Cominhos q.b.
- > Sal e pimenta q.b.
- > 1 embalagem de Mistura condimento Guacamole Old el Paso

Para o Pico de Gallo:

- > 1/2 cebola branca
- > 1 malagueta verde
- > 4 tomates de rama
- > 2 c. sopa de coentros
- > 1 c. sopa de sumo de lima
- > 1 dente de alho
- > Sal e pimenta q.b.

Para servir:

- > Nachips Old el Paso
- > Tortilla chips queijo Old el Paso
- > Nachos sal Mexifoods
- > Nachos queijo Mexifoods

PREPARAÇÃO

Aqueça um fio de azeite numa frigideira. Numa taça coloque o interior dos abacates e esmague com a ajuda de um garfo até obter uma pasta grossa e com grumos. Misturar o conteúdo da embalagem da Mistura Condimento Guacamole e mexer bem. Adicione o pimento verde, o tomate em cubinhos e a cebola roxa picada finamente. Regue com o sumo de lima e polvilhe com uma pitada de cominhos, sal e pimenta. Misture bem e sirva com os nachos.

Noutra taça misture a cebola branca picada finamente, a malagueta picada e sem grainhas, os tomates cortados em cubinhos com grainhas, os coentros, o sumo de lima, o alho picado finamente e tempere com sal e pimenta a gosto. Misture tudo muito bem e sirva com os nachos.

DESCUBRA
TODAS AS
RECEITAS EM
CHEF.CONTINENTE.PT

*Tortillas milho
Old el Paso
335g*

Muito práticas para preparar deliciosas fajitas e outras receitas tradicionais.

€2,74 /Unid
€ 8,18/kg



*Molho de Salsa
Mexicana
Old el Paso 190g*

Molho de tomate, cebola, pimentos e picante, dá um toque especial a qualquer prato de tacos, nachos, feijão, etc.

€2,75 /Unid
€ 14,47/kg



*Kit Fajitas
Old el Paso
500g*

Prepare rapidamente uma refeição deliciosa. Só tem que juntar pimentos, cebola e carne ou outro recheio a gosto.

€6,39 /Unid
€ 12,78/kg

*Refried Beans
Old el Paso
435g*

Feijão com toque de cebola, perfeito para incluir nas suas receitas. Basta aquecer no micro-ondas ou fogão.

€2,19 /Unid
€ 5,03/kg



*Feijão Mexican
Creationz Heinz
390g*

Um sabor único que combina um feijão macio com chili picante e molho de coentros e lima.

€2,59 /Unid
€ 6,64/kg

*Kit Taca Dinner
Old el Paso 313g*

Uma opção muito prática. Basta juntar ingredientes a gosto, para ter uma refeição pronta em poucos minutos.

€4,63 /Unid
€ 14,79/kg



*Chili com carne
Colmi 420g*

Um preparado de carne com feijão, jalapeños e tomate, pronto a saborear com arroz branco ou em recheios.

€2,54 /Unid
€ 6,05/kg



CONTINENTE



Taco Party

30 MINUTOS | 4 PESSOAS | FÁCIL

INGREDIENTES

- > Azeite q.b.
- > 1/2 cebola
- > 500 g de carne picada de novilho
- > Kit Taco Dinner Old el Paso
- > Feijão Mexican Creationz Heinz
- > Chilli com carne Colmi
- > Refried Beans Old el Paso
- > 1 abacate
- > 1 lima (sumo)
- > Sal e pimenta q.b.
- > 1 chávena de queijo cheddar ralado
- > Molho salsa mexicana Old el Paso
- > Coentros q.b.

PREPARAÇÃO

Numa frigideira com um fio de azeite, refogue a cebola picada finamente. Adicione a carne e os conteúdos das saquetas que vêm no kit Taco Dinner. Misture bem e cozinhe a carne até estar bem dourada e succulenta. Transfira a carne para uma tacinha e reserve.

Aqueça o feijão Mexican num tachinho até estar bem quente. Faça o mesmo com o chilli e os Refried Beans. Reserve todos em tacinhas.

Coloque o abacate fatiado numa tábua e regue-o com sumo de lima e tempere com sal e pimenta a gosto. Coloque o queijo e a salsa mexicana também em taças.

Sirva os tacos com todos os acompanhamentos e polvilhe tudo com coentros picados a gosto.

DESCUBRA
TODAS AS
RECEITAS EM
CHEF.CONTINENTE.PT



PARA UMA EXPERIÊNCIA COMPLETA

*Cerveja cl álcool
Corona
Tara Perdida
6 x 35,5 cl*

Aprecie esta cerveja pilsen, bem gelada, com limão ou em cocktails.

€7,98 /Unid
€ 3,75/L

Não é apenas mais uma cerveja. A Corona veio do México para acompanhar na perfeição os outros sabores mexicanos ou para apreciar simples, se preferir. Feita à base de cereais não maltados, apresenta uma tonalidade amarelada clara e um corpo borbulhante. O paladar combina-se entre o adocicado e o travo amargo, revelando-se extremamente refrescante.

Experimente a forma mais tradicional de a beber: retire a cápsula, esprema um gomo de lima ou limão no próprio gargalo e deixe-o cair para o interior da garrafa. Polvilhe com sal refinado e beba da própria garrafa...

*Molho Salsa
Guacamole
Old El Paso 195g*

O sabor único do guacamole. Uma textura macia que combina na perfeição com nachos ou na guarnição de vários pratos.

€2,79 /Unid
€ 14,31/kg



*Nachos Sal
Mexifoods 200g*

Confeccionados a partir de uma receita tradicional dos índios astecas, com milho gourmet, são leves, crocantes e deliciosos.

€1,99 /Unid
€ 9,95/kg



CONTINENTE

Estes preços são válidos de 27 de junho a 31 de julho de 2018, nos hipermercados Continente, Continente Modelo e Continente Bom Dia (exceto Madeira e Açores), salvo rutura de stocks ou erro tipográfico. Adereços não incluídos. Não acumulá com outras campanhas em vigor. Modelo Continente Hipermercados, S.A. (anunciante). Sede: Rua João Mendonça, n.º 505 - Senhora da Hora - 4484-503 Matosinhos; Matriculada na C.R.C. do Porto sob o n.º 502 011 475/NIPC. Capital Social: 69.360.000 euros.

CUIDE DO MEIO AMBIENTE Depois de ler este folheto colabore para a sua reciclagem, colocando-o no ecoponto. Este folheto utiliza papel produzido e impresso por empresas certificadas segundo a norma ISO 14001 (certificação de sistemas de Gestão Ambiental). Impressão LIDERGRAF (gráfica)

