



Massa Preta com Miolo de Camarão

RECEITA DE
CONSUMIDOR



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 15-
30 min



Nº de pessoas
2 Pessoas

Ingredientes

- 250 g de Miolo de Camarão Gigante 15/30 Pescanova
- 1 c. de sopa de manteiga com alho
- Esparguete q.b. para 2 pessoas
- 2 c. de sopa de polpa de tomate
- 2 c. de sopa de vinho branco
- 1 Pacote de natas
- Sal q.b.

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
455,2 Kcal	28,2 g	33,1 g	23,6 g

Preparação

1. Numa frigideira, derreta a manteiga com alho. Depois, junte o miolo de camarão e deixe cozinhar bem.
2. Seguidamente, adicione o vinho branco, deixando-o evaporar e depois incorpore a polpa de tomate, as natas e o sal. Deixe cozinhar tudo durante 5 min. e, após estar tudo cozinhado, retire o preparado do lume e reserve-o na frigideira.
3. À parte, coza o esparguete em água temperada com uma pitada de sal. Quando esta estiver a ferver, deite-lhe o esparguete deixe-o cozinhar entre 5 a 7 min., até ficar "al dente".
4. Depois de cozido o esparguete, escorra-o muito bem. Não o remova da panela e junte-lhe um fio de azeite e incorpore bem.
5. Por fim, misture o esparguete com o preparado de miolo de camarão e sirva de imediato.

Produtos Associados



**Miolo de
Camarão 80/100**

350 g



**Miolo de
Camarão
Gigante 15/30**

250 g



**Miolo de
Camarão
Grande Cozido
40/60**

200 g