Veja mais receitas em
www.pescanova.pt

Miolo de Camarão com Queijo Brie e Bacon

Dificuldade	Tempo	Nº de pessoas
Fácil	Entre 15-30 min	2 Pessoas

Ingredientes

- 1/2 emb. de Miolo de Camarão Gigante 15/30 Pescanova
- 1 Courgette média
- 2 Hastes de aipo fatiadas
- 200 g de Cogumelos frescos laminados
- 100 g de bacon cortado em tiras
- 2 dentes de alho
- 1 Queijo brie (em triângulo)
- 1/2 cháv. de leite magro
- 3 c. de sopa de coentros frescos picados
- 2 c. de sopa de azeite
- Sal, pimenta e azeite q.b.

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
335,6 Kcal	**3,3** g	**24,2** g	**25,2** g

Preparação

1. Lave e prepare os legumes. Depois, fatie em meias rodelas a courgette e os cogumelos frescos. À parte, leve a lume brando uma frigideira antiaderente grande e funda à qual adicionou o azeite e salteie em lume forte os dentes de alho, o bacon e o aipo.

2. De seguida, adicione a courgette e deixe-a cozinhar durante uns minutos e depois, acrescente os cogumelos. Deixe o preparado saltear mexendo-o sempre. Depois, junte em seguida o queijo brie cortado grosseiramente.

3. Quando este começar a derreter, se vir que o molho está muito espesso, incorpore a pouco e pouco o leite. Coloque o miolo de camarão e tempere tudo com sal e pimenta moída no momento. Tape a frigideira e aguarde que esta crie uma atmosfera de vapor na qual cozinharão os camarões dispostos sobre o preparado anterior.

4. Por último, polvilhe com os coentros picados. Acompanhe o preparado com massa espiral cozida.

5. Pode optar por envolver o preparado na massa, ou servi-lo separadamente.

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