



Tarteletes com Recheio de Sapateira e Abacate



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 15-
30 min



Nº de pessoas
5 ou +
Pessoas

Ingredientes

- 1 Sapateira Cozida Pescanova
- 6 Fatias de pão de forma
- 20 g de Manteiga
- 2 Abacates
- 1 Limão
- Mistura de alfaces q.b.
- Sal e pimenta q.b.

Molho:

- 3 Gemas de ovo
- 3 c. de sopa de vinagre
- 200g de Manteiga sem sal
- Água q.b.
- Pimenta em grão q.b.
- Ervas aromáticas q.b.
- 1 Limão

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
408 Kcal	31,2 g	23,2 g	21,2 g

Preparação

1. Descongele a sapateira segundo as instruções da embalagem. Retire a carne das patas bem como as ovas e reserve.
2. Prepare a base das tarteletes. Com um aro de diâmetro igual ou aproximado do das formas corte um círculo em cada fatia de pão. Com um rolo pressione até obter uma fatia fina. Pincele cada um com manteiga derretida e forre as formas individuais. Leve ao forno a 200°C durante cerca de 10 minutos e retire. Desenforme e leve de novo ao forno para ficar mais crocante. Reserve.
3. De seguida, escasque, corte o abacate em gomos finos e regue com sumo de limão. Guarde no frigorífico até à hora de empratar.
4. Faça uma redução do vinagre e da pimenta até obter um terço da quantidade.
5. Leve um tacho ao lume com água onde possa encaixar um recipiente para ficar em banho-maria. Mantenha a água quente sem ferver. Nesse recipiente misture as gemas com a redução de vinagre, o sumo de limão e uma colher de sopa de água. Adicione a manteiga derretida e mexa com uma vara de arames até a manteiga ficar bem ligada. Junte sal e, se o preparado estiver muito espesso, acrescente água quente. Envolve ervas aromáticas picadas.
6. Deite este molho holandês em cada tartelete, coloque sobre ele a carne de sapateira desfiada e junte os gomos de abacate. Decore com uma mistura de alfaces.

Produtos Associados



Sapateira
Cozida 600g UP
600 g
600 g