



Caril de Miolo de Camarão Pescanova



Dificuldade
Fácil



Tempo
Menos de
15 min



Nº de pessoas
3 Pessoas

Ingredientes

- 2 emb. de Miolo de Camarão 80/100 350 g Pescanova
- 80 g cebola picada
- 3-4 c. chá alho picado
- 2 c. sopa polpa de tomate
- 1 c. sopa caril
- 3 dl leite de côco
- Azeite, sal e coentros q.b.
- Côco ralado q.b.

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
224 Kcal	3 g	20 g	15 g

Preparação

1. Num tacho aloure a cebola e o alho. Quando começar a alourar, junte o Miolo de Camarão já descongelado. Quando o camarão começar a ficar rosado, adicione a polpa de tomate e o caril. Mexa e deixe cozer tapado mais 6 min.
2. Deite o leite de côco quente e o côco ralado e tempere com sal. Deixe apurar destapado, mexendo de vez em quando.
3. Sirva quente polvilhado com os coentros picados e acompanhe com arroz branco.

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