Veja mais receitas em
www.pescanova.pt

Caril Rápido de Miolo de Camarão Gigante, Grão e Espinafres

Dificuldade
Fácil

Tempo
Entre 15-30 min

Nº de pessoas
2 Pessoas

Ingredientes

- 1 embalagem de MIOLO DE CAMARÃO GIGANTE 15/30 PESCANOVA
- 400 ml de leite de coco
- 400 g de grão-de-bico cozido
- 100 g de folhas de espinafres baby
- 2 c. de sopa de óleo de coco
- 1 cebola
- 1 dente de alho
- 1 c. de sopa de sementes de sésamo
- 1 c. de sopa de gengibre fresco ralado
- 1 c. de sopa de caril em pó
- Sal e pimenta preta q.b.
- Coentros frescos q.b.

Preparação

1. Descongelar o miolo de camarão;
2. Tostar as sementes de sésamo numa frigideira antiaderente sem qualquer gordura (tapada);
3. Para o caril de grão, num tacho largo, aquecer o óleo de coco e amolecer a cebola e o alho picados finamente. A seguir, juntar o gengibre ralado e mexer por 30 segundos e, depois, acrescentar o caril e mexer por mais 30 segundos, para envolver os sabores;
4. Juntar o leite de coco, temperar com sal e pimenta preta moída na hora, mexer e deixar ferver por 1 a 2 minutos, mexendo sempre;
5. Juntar as folhas de espinafres e o grão cozido (passado por água fria corrente e escorrido) e cozinhar por 2 a 3 minutos;
6. Acrescentar o miolo de camarão escorrido, retificar os temperos de sal e pimenta preta e cozinhar mais 3 a 5 minutos;
7. Desligar e servir de imediato salpicado com sementes de sésamo, acompanhado com arroz basmati polvilhado com coentros picados grosseiramente.

Produtos Associados

Miolo de Camarão Gigante 15/30

250 g