Veja mais receitas em
www.pescanova.pt

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