



# Camarões ao Gengibre e Soja com Caril de Legumes



Dificuldade  
Fácil



Tempo  
Entre 15-  
30 min



Nº de pessoas  
4 Pessoas

## Ingredientes

- 1 emb. de Camarão Tigre PESCANOVA
- 5 c. de sopa de molho de soja
- Gengibre e coentros q.b.
- Óleo e leite de coco q.b.
- Sal e caril em pó q.b.
- 1 cebola pequena
- 1 dente de alho
- 1 tomate grande maduro
- 1 abóbora manteiga pequena
- 1 curgete média
- 1 couve-flor pequena
- 2 c. de sopa de caril em pó

## Preparação

1. Descongelar o Camarão Tigre, cortar a casca no dorso com a ajuda de uma tesoura e retirar a tripa fazendo um golpe no sentido longitudinal com 1 cm aprox. de profundidade.
2. Misturar o molho de soja com 2 c. de sopa de gengibre ralado e pincelar bem o interior dos Camarões na zona onde se retirou a tripa. Dispor numa assadeira untada com óleo de coco sem sobrepor, regar com o restante molho de soja e gengibre, colocar 1 c. de café de óleo de coco sobre cada Camarão e levar a forno pré-aquecido a 180° C por 10 a 15 min. (dependendo do forno).
3. Amolecer em 3 c. de sopa de óleo de coco a cebola e o alho picados. Juntar o tomate (sem pele) picado finamente e cozinhar 2 min. Acrescentar a abóbora e a curgete cortadas em cubinhos e a couve-flor em pequenos floretes, adicionar o caril em pó e sal e saltear por 2 a 3 min. Deitar 400 ml de leite de coco, mexer e cozinhar, tapado, em lume brando a médio até os legumes estarem macios. Mexer de vez em quando.
4. Servir os Camarões com o caril de legumes, tudo salpicado com coentros picados grosseiramente.

## Produtos Associados



**Camarão Cozido Refrigerado 60/80**  
500 g



**Camarão Cozido Vannamei 40/60**  
1 kg



**Camarão Vannamei Gigante 8/16**  
800 g



**Camarão Vannamei 24/32**  
400 g



**Gambão da Argentina Cozido 20/30**  
500 g



**Camarão Moçambique Cozido 30/40**  
500 g