



## Caril de Lulinhas com Laranja, Frutos Secos e Basmati



### Ingredientes

- 1 emb. de Lulinhas PESCANOVA
- 1 c. de sopa de gengibre fresco ralado
- Sal e pimenta preta q.b.
- 1 lima
- 3 c. de sopa de óleo de coco
- 1 cebola
- 1 c. de sopa cheia de caril
- 200 ml de leite de coco
- Coentros q.b.



Dificuldade

Fácil



Tempo

Entre 15-30 min



Nº de pessoas

4 Pessoas

### Preparação

1. Descongelar as Lulinhas, passar por água fria corrente, escorrer muito bem, temperar com o gengibre ralado, sal, pimenta preta e o sumo de lima e reservar.
2. Aquecer o óleo de coco e amolecer a cebola picada finamente, a seguir juntar o caril em pó e cozinhar por 1 a 2 min., mexendo. Depois, acrescentar as Lulinhas e saltear 1 a 2 min. Adicionar o leite de coco, mexer, deixar levantar fervura e cozinhar mais 7 a 8 min., mexendo de vez em quando.
3. Servir o caril de Lulinhas salpicado com coentros, acompanhado de laranja aos cubinhos, frutos secos e arroz basmati cozido com cardamomo.

## Produtos Associados



**Lulinhas**

500 g