

ESPETADAS ÁRABES DE BORREGO

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 4 PESSOAS

1 kg de carne de borrego da perna limpa, cortada em cubos
1 colher de chá de gengibre em pó
1 colher de chá de caril em pó
1 colher de café de cominhos
Fios de açafrão
1 colher de chá de folhas de orégãos
1 dente de alho picado
Coentros picados
2 colheres de sopa de azeite
1 colher de sopa de molho de soja
Sumo de meio limão
Sal q.b.
Pimenta q.b.



Tempo de preparação: 20 minutos +1 hora
Custo: 13.00 € | Custo por pessoa: 3.25 €

Receita: Neuza Costa
Fotografia e Vídeo: Sandro Vilar
Produzido para www.SaborIntenso.com

Receita em vídeo: <http://www.saborintenso.com/f16/espetadas-arabes-borrego-30219/>

PREPARAÇÃO

1. Tempere a carne com sal, pimenta, o gengibre em pó, o alho, os cominhos, o caril, as folhas de orégãos, os fios de açafrão, os coentros, o molho de soja, o azeite e o sumo de limão.
Misture tudo muito bem.
Deixe marinar durante 1 hora.

2. Coloque a carne em espetos de madeira.
Grelhe as espetadas de ambos os lados.
Vire a carne de minuto a minuto para que não fique passada demais.
Deixe grelhar aproximadamente 6 minutos.
Depois da carne grelhada retire-a.
Sirva as espetadas acompanhadas de arroz branco ou arroz árabe.
A equipa do SaborIntenso.com deseja-lhe um bom apetite!

<http://www.saborintenso.com/ebook> - eBook SaborIntenso
Livro Digital de Culinária com 420 páginas

Saborintenso.com