

TARTE DE ALHEIRA E ESPINAFRES

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 10 FATIAS

1 base de massa folhada para tarte
340g de folhas de espinafres
1 alheira sem a pele cortada em rodelas finas
125g de chouriço de carne cortado em cubinhos
2 colheres de sopa de azeite
1 dente de alho picado
500 ml de molho béchamel
4 ovos
Sal q.b.
Pimenta q.b.
Noz-moscada q.b.



Tempo de preparação: 1 hora

Custo: 8.00 € | Custo por fatia: 0.80 €

Receita: Neuza Costa

Fotografia e Vídeo: Sandro Vilar

Produzido para www.SaborIntenso.com

Receita em vídeo: <http://www.saborintenso.com/f25/tarte-alheira-espinafres-28181/>

PREPARAÇÃO

1. Num tacho, leve ao lume o azeite e o alho.
Mexe e deixe aquecer.
Adicione os espinafres.
Tempere com um pouco de sal.
Mexe e deixe cozinhar em lume forte até que a água dos espinafres seque.
2. Numa tigela, junte o molho béchamel com os ovos partidos.
Tempere com umas pedrinhas de sal, pimenta e noz-moscada.
Bata até que tudo fique bem misturado.
3. Espalhe a massa numa tarteira com fundo amovível com 30 cm de diâmetro.
Aconchegue.
Por cima, espalhe os espinafres, as rodelas de alheira e o chouriço.
Por fim, regue tudo com o creme.
4. Leve ao forno pré-aquecido nos 170º e deixe cozer aproximadamente 40 minutos.
Depois da tarte cozida e loirinha, retire-a.
Depois de desenformada, está pronta a servir.
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