

OVOS COM CHOURIÇO ALENTEJANO E ESPARGOS VERDES

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 6 PESSOAS

6 ovos
250g de espargos verdes
180g de chouriço alentejano sem pele cortado em cubinhos
2 colheres de sopa de azeite
Sal q.b.
Pimenta q.b.



Tempo de preparação: 30 minutos
Custo: 6.50 € | Custo por pessoa: 1.08 €

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

Receita em vídeo: <http://www.saborintenso.com/f21/ovos-chourico-alentejano-espargos-verdes-25272/>

PREPARAÇÃO

1. Corte e rejeite a parte mais rija dos espargos.
Numa panela com água a ferver, tempere com sal e coloque os espargos a cozer durante 15 minutos.
Depois dos espargos cozidos, retire-os com uma escumadeira e escorra-os bem.
Corte os espargos em pedaços.
2. Parta os ovos para uma tigela e bata-os.
Tempere com sal e pimenta.
Misture bem.
3. Numa frigideira, leve ao lume o azeite.
Quando estiver quente, junte o chouriço, mexa e deixe fritar bem.
Depois do chouriço douradinho, junte os espargos e salteie.
Por fim, junte os ovos e mexa.
Quando os ovos estiverem cozinhados está pronto a servir.
A equipa do SaborIntenso.com deseja-lhe bom apetite!