

Ovos Mexidos com Alheira

INGREDIENTES PARA 4 PESSOAS

5 ovos
1 alheira
½ cebola picada
Salsa picada
1 dente de alho picado
2 colheres de sopa de azeite
Sal fino q.b.
Pimenta q.b.



Tempo de preparação: 15 minutos

Receita: Neuza Costa

Fotografia e Video: Sandro Vilar

Produzido para www.SaborIntenso.com

Receita em video: <http://www.saborintenso.com/f21/ovos-mexidos-alheira-43093/>

PREPARAÇÃO

1. Retire a pele à alheira e corte-a em pedaços.
2. Parta os ovos para uma tigela.
Tempere com um pouco de sal fino e pimenta.
Por fim, adicione a salsa picada e bata com a vara de arames.
3. Numa frigideira, leve ao lume o azeite, a cebola e o alho.
Mexe e deixe refogar em lume médio até que comece a alourar.
4. Ao refogado, adicione a alheira e deixe saltear muito bem em lume brando.
Depois da alheira lourinha, junte os ovos e mexa com uma colher sem parar.
Mantenha o lume brando para que os ovos fiquem cremosos.
5. Depois dos ovos cozinhados a gosto, retire-os.
Acompanhem esta receita com fatias de broa de milho.
A equipa do SaborIntenso.com deseja-lhe um bom apetite!