

# LINGUADO COM MOLHO DE COGUMELOS E CAMARÃO

www.saborintenso.com

## INGREDIENTES PARA 2 PESSOAS

2 linguados sem cabeça  
150g de cogumelos frescos cortados em quartos  
150g de miolo de camarão  
55g de sopa de cogumelos instantânea  
260 ml de leite  
250 ml de vinho branco  
150 ml de natas light  
Sal q.b.  
Pimenta q.b.



Tempo de preparação: 15 minutos  
Custo: 14.80 € | Custo por pessoa: 7.40 €

Receita: Neuza Costa  
Fotografia e Vídeo: Sandro Vilar  
Produzido para [www.SaborIntenso.com](http://www.SaborIntenso.com)

Receita em vídeo: <http://www.saborintenso.com/f17/linguado-molho-cogumelos-camarao-18348/>

## PREPARAÇÃO

1. Tempere os linguados de ambos os lados com sal e pimenta.
2. Num tacho largo, coloque a sopa de cogumelos e misture com o vinho branco e o leite. Sem parar de mexer, leve ao lume até que comece a ferver. Quando começar a ferver, junte os linguados. Por cima dos linguados, espalhe um pouco da sopa. Tape e deixe cozinhar em lume brando durante 5 minutos.
3. Passado os 5 minutos, junte os cogumelos e o miolo de camarão. Deixe cozinhar mais 5 minutos.
4. Passado os 5 minutos e com cuidado, retire o peixe para uma travessa. Ao molho que ficou, junte as natas, mexa e logo que comece a borbulhar, apague o lume. Regue os linguados com o molho e sirva com arroz de legumes