

LULAS COM CAMARÃO DE COENTRADA

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 4 PESSOAS

750g de lulas limpas cortadas em rodelas
250g de miolo de camarão
80 ml de azeite
3 dentes de alho picados
1 folha de louro
Sumo de limão
Coentros picados
Sal q.b.
Pimenta q.b.



Tempo de preparação: 15 minutos
Custo: 14.00 € | Custo por pessoa: 3.50 €

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

Receita em vídeo: <http://www.saborintenso.com/f17/lulas-camarao-coentrada-37049/>

PREPARAÇÃO

1. Numa frigideira leve ao lume o azeite, os alhos e a folha de louro.
Mexe e quando estiver quente junte as lulas.
Tempere com pimenta e umas pedrinhas de sal.
Mexe e deixe fritar em lume forte durante 10 minutos.
2. Passado os 10 minutos e quando o molho estiver apurado, junte o miolo de camarão.
Mexe e deixe fritar até o camarão ganhar cor.
3. Caso o molho esteja muito seco, acrescente um fio de azeite.
Regue tudo com limão e por fim, junte os coentros.
Mexe e retire do lume.
E está pronto a servir.
Acompanhe este prato com batatas cozidas e legumes cozidos.
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