

# MASSA COM **ATUM** GRATINADA

## INGREDIENTES PARA 2 PESSOAS

160g de massa a gosto  
170g de atum escorrido em conserva de água  
(2 latas)  
40g de margarina  
Meia cebola picada  
1 dente de alho picado  
1 colher de sopa de farinha de trigo sem fermento  
2 colheres de sopa bem cheias de polpa de tomate  
300 ml de leite  
50g de azeitonas verdes recheadas com pimentos  
e cortadas ao meio  
80g de queijo mozarela ralado  
Folhas de orégãos secas  
Sal q.b.  
Pimenta q.b.  
Noz-moscada q.b.



Tempo de preparação: 20 minutos  
Custo: 3.00 € | Custo por pessoa: 1.50 €

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/massa-atum-gratinada-39356/>

## PREPARAÇÃO

1. Numa panela com água a ferver, tempere com sal. Coloque a massa a cozer durante o tempo indicado na embalagem. Depois da massa cozida al dente, escorra-a.
  2. Entretanto, num tacho, leve ao lume a margarina, a cebola e o alho. Mexa e deixe refogar em lume médio sem deixar alourar.
  3. Depois da cebola bem refogada, adicione a farinha e mexa. Aos poucos e enquanto mexe, adicione o leite. Junte também a polpa de tomate. Tempere com pimenta, noz-moscada, um pouco de sal e folhinhas de orégãos. Misture tudo muito bem.
  4. Por fim, envolva com o creme o atum, as azeitonas e logo que comece a ferver, a massa.
  5. Coloque num tabuleiro de ir ao forno. Polvilhe com o queijo ralado e folhinhas de orégãos.
  6. Leve ao forno pré-aquecido nos 250º e deixe gratinar apenas com a grelha de cima durante 10 minutos. Depois do queijo gratinado, retire e sirva.
- A equipa do SaborIntenso.com deseja-lhe um bom apetite!