



SABORES DA
ITÁLIA



SALADA DE FUSILLI COM CAMARÃO E ÓLEO DE AVELÃ



Ingredientes:

100g de massa tipo fusilli Divella
8 camarões-rosa grandes limpos
½ colher (café) de pimenta dedo-de-moça
8 colheres (sopa) de cebola picada
2 colheres (chá) de sementes de mostarda hidratadas
2 colheres (chá) de coentro picado
2 colheres (sopa) de leite de coco
2 colheres (sopa) de vinho branco seco
2 colheres (sopa) de coco ralado
2 (sopa) de tomate sem pele e sem sementes picado
2 colheres (café) de óleo de avelã Beaufor
Sal a gosto

Para o preparo do feijão:

6 colheres (sopa) de feijão-branco cozido
2 colheres (sopa) de azeite de oliva extravirgem La Pastina
2 colheres (sopa) de sumo de limão
2 colheres (café) de óleo de palma
Rasps de 2 limões

Para decorar:

Folhas de coentro
Pimenta dedo-de-moça cortada em tirinhas
Folhas de minirrúcula (se desejar)

Modo de preparo:

Leve ao fogo uma panela com 4 litros de água. Quando a água ferver, adicione 1 ½ colher (sopa) de sal e espere ferver novamente antes de colocar a massa para cozinhar. Cozinhe o fusilli, escorra-o e reserve. Numa frigideira, coloque o azeite, a cebola, as sementes de mostarda, a pimenta e refogue um pouco em fogo médio. Em seguida adicione o camarão e refogue até ficar dourado e cozido. Acrescente o restante dos ingredientes, deixe reduzir um pouco o caldo e reserve. Numa tigela, coloque o feijão com o restante dos ingredientes. Junte a massa e o refogado de camarão. Decore com as folhas de coentro, a pimenta dedo-de-moça e a rúcula. Sirva em seguida.

Rendimento: 4 porções

Tempo de preparo: 20 minutos

Seleção:



ALIMENTOS