



REALIZAÇÃO:



APOIO:



PREFEITURA DE
TAMANDARÉ
QUEM AMA CUIDA!



CASQUINHA DE ARATU

Chef Cícera Maria

INGREDIENTES

70g casquinha de Aratú limpo
1 tomate maduro
1 cebola branca
50g coentro
50g pasta de alho
30g pimentão vermelho
30g pimentão amarelo
30g pimentão verde
50ml de leite de coco
5g sal fino
3g pimenta do reino
3g sal glutamato
50g farinha Panko
50g manteiga/ margarina
50ml azeite
50ml de água
1 und de pimenta biquinho
1 flor (broto enfeitado).

MODO DE PREPARO: comece aquecendo a panela adicionando o azeite e em seguida refogando a cebola até uma leve dourada, em seguida acrescenta a pasta de alho e os demais legumes incorporando-os.

Logo mais acrescente o Aratú, o sal, o glutamato, a pimenta, o leite de coco e a água deixando cozinhar por alguns minutos até dar uma leve reduzida.

Em uma frigideira aquecida com azeite e manteiga adicionamos a cebola e o alho incorporando-os, em seguida acrescenta a farinha panko envolvendo-a aos demais ingredientes. Mexa até ficar crocante e sirva com a casquinha de Aratú.