



REALIZAÇÃO:

APOIO:



PREFEITURA DE
TAMANDARÉ
QUEM AMA CUIDA!



**MOQUECA DE LULAS RECHEADAS COM CUSCUZ,
CAMARÕES E MUSSARELA DE BÚFALA.
Chef Josi Miguel**

INGREDIENTES

300 g de Lula tubo
300 ml de Leite de coco
200 ml de Creme de camarão
08 unidades de Camarões 41/50
100 g de Mussarela de búfala
50 g de Manteiga de camarão
80 g de Tomate (picado)
60 g de Cebola (picado)
20 g de alho (triturado)
30 g de Pimentão (picado)
5 g de Coentro (picado)
100 gramas de cuscuz flocão
1 pitada de Pimenta do reino
1 pitada de Sal
Azeite Extravirgem

MODO DE PREPARO: coloque metade da cebola picada com parte do alho para dourar, em seguida parte da manteiga de camarão e o cuscuz já umedecido. Mexa bem com o fogo baixo para cozinhar o cuscuz. Desligue o fogo e espere esfriar.

Acrescente um tomate picado, parte do coentro e a mussarela de búfala em cubinhos e misture bem; grelhe os camarões à parte e misture a farofa pronta. Depois recheie as lulas, e feche-as com palitos.

Em outra panela doure o restante da cebola, o alho e pimentão, coloque o leite de coco e ferva.

Depois o caldo de camarão tempere com os restantes das verduras e temperos, coloque as lulas recheadas e deixe cozinhar até as lulas ficarem macias com a panela tampada. Desligue e sirva com arroz branco.