



Categoria Prato Principal

Estabelecimento: Hotel fazenda St Robert

Autor (a) do prato: Geni Dantas

Pacotinho de Abobrinha ao Molho de Caju

Ingredientes:

500 g de filé de tilápia

03 unidades de abobrinha média italiana

½ de suco de limão

08 de folhas de coentro

Sal a gosto

Pimenta do reino a gosto

Molho:

200 ml de azeite

200 ml de suco concentrado de caju

03 cajus (polpa)

20 ml de suco de limão

½ xícara de tomate picado

½ xícara de cebola roxa picada

½ de pimentão amarelo picado

1 unid de pimenta dedo de moça picada

40 g de tapioca granulada

½ xícara de leite quente

2 c/s de macadâmia torrada

Modo de fazer:

Corte os filés de tilápia de 5 cm, tempere com suco de limão, sal, pimenta do reino e folhas de coentro e reserve. Corte as abobrinhas no sentido do comprimento bem finas, salpique um pouco de sal e leve ao microondas por um minuto. Arranje as fatias em formato de cruz, disponha a tilápia e feche as pontas formando um pacotinho. Reserve.

Preparo do molho:

Coloque no liquidificador o suco de caju, azeite, limão e a poupa de caju e bata adicionando aos poucos a tapioca cozida no leite até dar consistência ao molho e reserve.

Em uma frigideira coloque o azeite e deixe murchar, os pimentões e tomate. Acerte o sal, refogue por 3 minutos e por último o coentro. Acrescente o molho e deixe reduzir por 4 minutos.

Cozinhe os pacotinhos no vapor por 8 minutos.

Em um prato fundo coloque o molho, arrume os pacotinhos de forma que um fique em pé e o outro deitado, salpique a macadâmia e acrescente a pimenta dedo de moça ao molho.