Entradas

RISSÓIS DE ATUM

Receita Oficial
Médio
60 Min.
4-6 Doses

INGREDIENTES

- 2 MASSAS QUEBRADAS
- 50 G CURGETES
- 100 G PIMENTO VERMELHO
- 40 G CEBOLAS
- 1 DENTE DE ALHO
- 5 CL AZEITE
- 10 G CONCENTRADO DE TOMATE
- 15 CL CALDO DE LEGUMES
- 150 G ATUM
- SAL
- PIMENTA

CONFEÇÃO

1. Aqueça previamente o forno a 180 ºC (T. 6). Corte as curgetes e os pimentos em cubos. Descasque a cebola e o alho e corte-os grosseiramente. Coloque na taça com a lâmina picadora. Misture na velocidade 11 durante 10 seg. e junte o azeite. Seleccione o programa P1 de cozedura lenta a 130 ºC durante 5 min.

2. Junte as curgetes e os pimentos cortados em cubo, o concentrado de tomate e o caldo. Tempere com sal e pimenta e seleccione o programa P2 de cozedura lenta a 95 ºC durante 20 min. No final da cozedura, junte o atum e misture na velocidade 4 durante 30 seg.

3. Estenda a massa e corte discos com a ajuda de um copo grande. Guarneça metade da superfície com o recheio, dobre a massa para formar um rissol e aperte as extremidades. Coloque num tabuleiro revestido com papel vegetal e leve ao forno durante 30 min. Sirva quente ou frio.