

CHOQUINHOS À ALGARVIA



INGREDIENTES

- 1 KG DE CHOQUINHOS LIMPOS
- SAL Q.B.
- ALHO EM PÓ Q.B.
- PIMENTA Q.B.
- SUMO DE LIMÃO Q.B.
- AZEITE Q.B.
- PIMENTÃO DOCE Q.B.
- 1 MALAGUETA
- COENTROS Q.B.

CONFEÇÃO

1. Lavar bem os choquinhos e escorrê-los bem.

2. Temperar com o sal, a pimenta, o alho e o limão e deixar marinar 15 a 20 min.

3. Colocar o acessório misturador e cobrir o fundo da taça com azeite. Sem tampa reguladora de vapor, selecionar Slow Cook P1, 3 min (só para aquecer o azeite).

4. Juntar os chocos, bem escorridos da marinada (pois já largam muita água), polvilhar com um pouco de pimentão doce e a malagueta. Programar V. 2, 120°, 25 min, sempre sem tampa reguladora de vapor (isto é muito importante, se não, não apura).

5. Por fim, retirar para um prato de servir e polvilhar com coentros.

6. Eu acompanhei com arroz thai jasmim e batata doce.

7. Nota: se preferirem podem fazer esta mesma receita, com lulas (partidas as rodelas), fica igualmente bom (eu uso os mesmos temperos e tempo).
