*Peixe e Marisco*

# MASSA DE SALMÃO E COURGETTE

Receita de Fã
Fácil
20 Min.
3-5 Doses

## INGREDIENTES

- 1 COURGETTE
- 2 LOMBOS DE SALMÃO SELVAGEM
- 1 CEBOLA
- 3 DENTES DE ALHO
- 40G AZEITE
- 250G MASSA
- 1 PACOTE DE NATAS
- 1 IOGURTE GREGO NATURAL SEM AÇÚCAR
- SAL Q.B.
- PIMENTA Q.B.
- QUEIJO PARMESÃO RALADO Q.B.

## CONFEÇÃO

1. Espiralizar a courgette e deixar escorrer a água.
2. Escaldar os lombos de salmão com um pouco de água no microondas, durante cerca de 5 minutos.
3. Picar a cebola e os dentes de alho, com a lâmina picadora, velocidade 13, 1 minuto. Juntar tudo com a espátula e substituir pelo acessório misturador.
4. Adicionar o azeite e selecionar SlowCook P1, 5 minutos.
5. Após os 5 minutos, colocar na taça a courgette, velocidade 3, 100º, 4 minutos.
6. Cozer a massa em água e sal, durante o tempo indicado.
7. Adicionar à taça as natas e o iogurte, velocidade 3, 100º, 4 minutos.
8. Juntar o salmão desfiado ao preparado da taça, adicionar sal e pimenta, velocidade 3, 100º, 4 minutos.
9. Deitar o preparado sobre a massa, previamente cozida e escorrida.
10. Servir com queijo parmesão ralado.