

CAMARÕES E VIEIRAS COM MOLHO PICANTE



INGREDIENTES

- 600 G CAMARÃO CRU DESCONGELADO
- 300 G VIEIRAS
- 1 LIMA
- 250 G TOMATE TRITURADO ENLATADO
- 2 RAMINHOS DE COMINHOS
- 1 C. S. DE AÇÚCAR
- 4 DENTES DE ALHO
- 1 CHALOTA
- 30 G GENGIBRE
- 20 G AZEITE
- MEIO PIMENTO VERMELHO
- MEIO PIMENTO VERDE
- 2 CEBOLAS
- 2 MALAGUETAS
- 1 BRÓCOLO
- 350 G BATATAS
- SAL
- PIMENTA

CONFEÇÃO

1. Descasque o alho, as cebolas, o gengibre, a chalota e as batatas.
2. Coloque o alho, a chalota e o gengibre na taça do robot com a lâmina picadora. Pique durante 15 s na velocidade 12. Substitua a lâmina picadora pelo acessório misturador e raspe as paredes da taça.
3. Adicione o azeite e selecione o programa de cozedura lenta P1 durante 5 minutos.
4. Entretanto, corte os pimentos em tiras, pique as cebolas e os pimentos sem grainhas, corte as batatas em cubos e corte finamente os coentros.
5. Decorridos os 5 min, adicione o tomate, os coentros, o açúcar, as cebolas, o pimento, as batatas e 60 cl de água, tempere com sal. Feche a tampa sem a tampa reguladora de vapor e coloque a panela de vapor. Junte os brócolos e feche a tampa. Inicie a cozedura na velocidade 3 a 120°C durante 30 min.
6. Descasque os camarões guardando apenas o rabo. Deite-os numa saladeira. Retire o nervo de cada vieira (a parte de 1 cm que é mais branca do que a vieira) e junte aos camarões. Tempere com metade do sumo das raspas de lima finamente picadas, o sumo da lima e sal.
7. Decorridos os 30 min de cozedura, coloque o tabuleiro de vapor superior por cima dos brócolos, junte as vieiras e os camarões. Coza por mais 10 min na velocidade 3 a 120°C.
8. Sirva de imediato.