



Pratos Principais

Pratos de Arroz

## Gambas com Creme de Caril e Arroz

Vê como cozinhar estas Gambas com Creme de Caril, uma receita ideal para o fim-de-semana que pode ser acompanhado por arroz ou salada.

🕒 25 min.

👉 Fácil

💰 Económico

🍴 2 doses

### Ingredientes

- 200 g de arroz
- 1 cubo de MAGGI Caldo de Carne
- 600 g de gambas
- 2 c. de sopa de caril
- 200 ml de leite evaporado
- 1 maçã
- 1 cebola
- 2 c. de sopa de azeite

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	860,6 kcal	43%*
<b>Proteínas</b>	66,8 g	134%*
<b>Lípidos</b>	21,9 g	31%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	97,2 g	37%*

\*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

### Preparação

- 1 Refogar a cebola picada num pouco de óleo; logo que ganhe cor, acrescentar a maçã em pedaços e refogar mais alguns minutos, a lume brando.
- 2 Acrescentar caril, deixar refogar alguns minutos, e por fim, verter o leite evaporado e cozinhar ainda mais alguns minutos, em lume brando, sem deixar ferver.
- 3 Temperar as gambas com sal e assá-las na grelha com umas gotas de óleo.
- 4 Cobrir com creme de caril e servir acompanhadas de arroz branco, apenas cozido com um cubo de caldo.
- 5 Nota: Utiliza um caril suave se não desejas que seja muito forte.