

Receitas em vídeo | Pratos Principais

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

Energia	860,6 kcal	43%*
Proteínas	66,8 g	134%*
Lípidos	21,9 g	31%*
Hidratos de Carbono	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.