

Pratos Principais | Peixe e Marisco

Abacate com Camarão e Molho Rosa

18 min. | Fácil | Moderado | 4 doses

Ingredientes

2 abacates
250 g de camarão limpo
1 limão
4 cerejas
1 ovo
4 rodelas de laranja
2 azeitonas pretas
1 tomate (pequeno)
4 folhas de alface
1 raminho de coentros
1 maçã (pequena)
1 limão
5 c. de sopa de maionese
3 c. sopa ketchup
1 c. sopa de molho de mostarda
1 c. sopa de conhaque
molho inglês q.b.
4 c. de sopa de Natas Longa Vida Original

Informação nutricional

Energia	399,4 kcal	20%*
Proteínas	16,0 g	32%*
Lípidos	29,7 g	42%*
Hidratos de Carbono	14,2 g	5%*

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

Preparação

1. Preparação do molho: Descasque a maçã, rale-a e misture-a com uma colher de sopa de sumo de limão. Bata suavemente a maionese com a batedeira.

2 Junte o ketchup, a mostarda, o conhaque, a maçã, 4 colheres de sopa de Natas Longa Vida Original o molho inglês, o sal, a pimenta e o tabasco.

3 Preparação do abacate: Lave os abacates, seque-os e corte-os ao meio, tire-lhes o caroço e salpique-os com o sumo de limão.

4 Corte uma rodela fina às partes arredondadas das metades de abacate, para que se equilibrem no prato. Recheie as metades dos abacates com o miolo de camarão e cubra com o molho.