



Pratos Principais Peixe e Marisco

## Camarões com 3 Pimentos

18 min.

Médio

Moderado

4 doses

### Ingredientes

150 g de camarão graúdo (descascado)  
1/3 pimento vermelho  
1/3 pimento verde  
1/3 pimento amarelo  
malagueta a gosto q.b.  
1 dente de alho  
2 c. de sopa de óleo de soja  
1 c. de sopa de molho de soja  
1 c. de chá de vinagre de cidra  
sal q.b.  
1 cubo de MAGGI Caldo de Galinha

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	103,4 kcal	5%*
<b>Proteínas</b>	7,7 g	15%*
<b>Lípidos</b>	7,0 g	10%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	2,8 g	1%*

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

### Preparação

- 1 Passe os camarões por água. Lave os pimentos e a malagueta. Corte os pimentos aos cubos e a malagueta às tirinhas. Descasque e pique o alho e o gengibre.
- 2 Leve o óleo a aquecer num wok ou numa frigideira antiaderente. Salteie os camarões no óleo quente só até ficarem esbranquiçados. Retire-os com a escumadeira.
- 3 Deite fora o óleo e salteie os pimentos, a malagueta, o alho e o gengibre.
- 4 Junte o caldo de galinha MAGGI e deixe cozinhar em lume forte durante 1 minuto, mexendo sempre.

5 Tempere com vinagre e sal, polvilhe com coentros, junte os camarões para os aquecer e sirva.