



Entradas Sopas

## Creme Picante de Camarão

🕒 28 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 8 doses

### Ingredientes

300 ml de Natas Longa Vida Original  
500 g de camarão  
1 alho francês  
100 g de manteiga  
1 dl de sumo de laranja  
raspa de gengibre q.b.  
1 c. de chá de piri-piri moído  
1 dl de vinho do porto  
1 c. de chá de amido de milho

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	294,9 kcal	15%*
<b>Proteínas</b>	13,1 g	26%*
<b>Lípidos</b>	22,1 g	32%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	7,6 g	3%*

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

### Preparação

- 1 Descascar o camarão. Reservar o miolo e ferver as cascas e as cabeças durante 3 minutos. Triturar e coar reservando 7dl de caldo.
- 2 Cortar o alho francês em rodelas e cozinhar com a manteiga até estar molezinho. Junta-se o camarão e os restantes ingredientes (o amido de milho dissolvido num pouco do caldo).
- 3 Retiram-se os camarões depois de estarem cozidos, retifica-se o sal e passa-se a sopa.
- 4 Serve-se a sopa com os camarões.