



Pratos Principais

Peixe e Marisco

## Gambas com Molho de Coco

🕒 23 min.

🔑 Fácil

🔒 Moderado

🍴 4 doses

### Ingredientes

1 embalagem de Natas Longa Vida Original  
1/2 cebola  
1 dente de alho  
2 c. de sopa de manteiga  
3 c. de sopa de pasta de caril  
2 c. de sopa de creme de coco  
sal q.b.  
cebolinho ou coentros q.b.

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	204,5 kcal	10%*
<b>Proteínas</b>	1,4 g	3%*
<b>Lípidos</b>	21,1 g	30%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	2,3 g	1%*

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

### Preparação

- 1 Fazer um refogado com a cebola e o alho muito picadinhos e a manteiga. Deixar cozinhar em lume brando.
- 2 Assim que a cebola estiver mole, juntar 3 colheres de sopa de pasta de caril, 2 colheres de creme de coco e temperar com sal refinado. Envolver, retirar do lume e deixar arrefecer.
- 3 Bater as natas até ficarem duras. Acrescentar o preparado de caril e coco. Polvilhar com cebolinho ou coentros picados e servir bem fresco com gambas cozidas.