



Entradas Salgados

## Amêijoas à Bulhão Pato

15 min.

Fácil

Económico

4 doses

### Ingredientes

6 dentes de alho  
10 pés de coentros  
4 c. de sopa de azeite  
1 kg de amêijoas  
sal q.b.  
60 ml de vinho branco  
1 limão

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	294,8 kcal	15%*
<b>Proteínas</b>	30,1 g	60%*
<b>Lípidos</b>	14,5 g	21%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	7,9 g	3%*

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

### Preparação

- 1 Coloca 4 dentes de alho esmagados e 4 pés de coentros num tacho com azeite e deixa refogar em lume médio.
- 2 Junta as amêijoas, tempera com sal e rega com o vinho. Deixa cozinhar durante cerca de 10 minutos, até as amêijoas abrirem.
- 3 Adiciona os restantes dentes de alho e coentros picados e rega com o sumo de limão.
- 4 Serve acompanhado com pão torrado.