

Entradas Salgados

Amêijoas à Bulhão Pato

As amêijoas à Bulhão Pato são um dos pratos mais icónicos da gastronomia portuguesa, conhecidas pelo seu sabor intenso e preparo simples. Esta receita tradicional, criada em homenagem ao poeta Raimundo António de Bulhão Pato, destaca-se pela combinação irresistível de alho, coentros, azeite e vinho branco, que realçam o sabor fresco das amêijoas. Se procuras a amêijoas à Bulhão Pato - receita original, esta é a melhor forma de preparar este prato típico. Com poucos ingredientes e em poucos minutos, vais obter umas ameijoas à Bulhão Pato suculentas e deliciosas, perfeitas para acompanhar com pão torrado e um bom vinho.

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

Energia	294,8 kcal	15%*
Proteínas	30,1 g	60%*
Lípidos	14,5 g	21%*
Hidratos de Carbono	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.