

Receitas em vídeo | Entradas

Nestlé de Caracóis

40 min. | Fácil | Económico | 6 doses

Ingredientes

1,5 kg de caracóis
4 dentes de alho
1 cebola
1 folha de louro
piri piri q.b.
sal q.b.
oregãos q.b.

Informação nutricional

Energia	104,2 kcal	5%*
Proteínas	14,1 g	28%*
Lípidos	3,5 g	5%*
Hidratos de Carbono	3,1 g	1%*

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

Preparação

1. Começa por lavar muito bem os caracóis em várias águas. Depois passa para uma taça grande e verifica se ficaram bem limpos.
2. Coloca os caracóis numa panela com água em lume brando, quando começarem todos a estar com a cabeça fora, muda a água.
3. Coloca novamente água na panela juntamente com os caracóis, adiciona os alhos inteiros, o presunto, a cebola em quartos, o louro e um pouco de piri-piri. Tempera com sal.
4. Deixa ferver por 10 minutos em lume brando depois por mais 15 minutos em lume mais forte. Acrescenta os orégãos e ferve por mais 5 minutos.
5. Retira do lume e deixa repousar. Depois serve com pão torrado com manteiga.