



## Arroz de Marisco

### Ingredientes:

RECEITA PARA 6 PESSOAS

- 300g de arroz
- 390g de tomate inteiro pelado
- 100g de pimento à escolha
- 200g de cebola
- 15g de alho
- 30ml de azeite
- 100ml de vinho branco
- 125g de delícias do mar
- 450g de preparado de marisco
- 500g de amêijoas
- Sal q.b./mistura de 5 pimentas q.b./salsa q.b./louro (2 folhas)

### Preparação:

- Pique a cebola, o alho, o tomate e o pimento, coloque-os na panela;
- Adicione o azeite e os temperos. Deixe apurar;
- Junte o camarão, o restante marisco (preparado de marisco e amêijoas) e o vinho branco. Deixe cozinhar;
- Seguidamente, adicione o arroz e a água (ajuste a quantidade conforme desejar um arroz mais seco ou com mais molho). Deixe cozer;
- Após o arroz estar cozido, junte as delícias do mar, tape o tacho e desligue o fogão;
- Deixe repousar e está pronto a servir.

Nota: Se gosta de usar malagueta como tempero, não adicione sal!



# Salada Mediterrânea

ADAPTADO DE: VAQUEIRO, SALADA MEDITERRÂNICA DE MASSA

## Ingredientes:

RECEITA PARA 6 PESSOAS

- 350g de massa penne
- 250g de tomate
- 170g de pimento
- 200g de cebola
- 1 dente de alho
- 100g de alho francês
- 150g de queijo mozzarella
- Azeitonas q.b.
- 30ml de azeite
- Vinagre balsâmico q.b.
- Sal q.b.
- Manjeriço q.b.

## Preparação:

- Coza a massa em água temperada com sal.
- Enquanto coze a massa, lave o tomate e o pimento. Corte o tomate em pedaços mais pequenos e o pimento em tiras.
- Descasque e pique a cebola e o alho. Corte o alho francês em rodelas finas.
- Coloque num tacho, em lume brando, o azeite, a cebola, o alho e o alho francês. Quando a cebola começar a alourar, adicione o tomate e o pimento, misture, mexendo sempre.
- Após a massa estar cozida e escorrida, junte-lhe os legumes e as azeitonas.
- Regue tudo com um pouco de vinagre balsâmico e tempere com manjeriço.
- Misture bem e, por fim, adicione o queijo mozzarella fresco.