

Camarão na Moranga com Creme de Leite Receita de Camarão



Ingredientes

1 moranga média
meia colher (sopa) de FONDOR
1 copo de Requeijão Cremoso
1 kg de camarão limpo , temperado com pimenta-do-reino e limão
2 colheres (sopa) de óleo , para dourar
2 cebolas picadas
1 dente de alho amassado
3 tomates sem pele e sem sementes, picados
meia pimenta vermelha picada
2 tabletes de Caldo Legumes
3 colheres (sopa) de farinha de trigo diluídas em
1 xícara (chá) de leite de coco
1 lata de Creme de Leite

1 colher (sopa) de salsa picada
1 colher (sopa) de cebolinha verde picada
óleo para untar
queijo parmesão ralado a gosto

Modo de Preparo

Retire a tampa da moranga e todas as sementes internas. Passe FONDOR em todo seu interior. Recoloque a tampa e embrulhe-a em um pano de prato amarrando-o bem. Leve ao fogo, em uma panela grande totalmente coberta com água. Cozinhe, até que espetando um garfo, ela esteja levemente macia.

Retire-a da água, vire-a de cabeça para baixo para que o excesso de água escorra bem. Pincele a parte externa da moranga com óleo e, internamente besunte-a completamente com o Requeijão Cremoso . Reserve.

Refogado de camarão: doure a cebola no óleo e acrescente o alho amassado. Mexa bem e junte o camarão já temperado com a pimenta e o suco de limão. Deixe refogar por cerca de 10 minutos ou até que o camarão mude de cor e esteja macio. Acrescente então os tomates, a pimenta vermelha, os tabletes de Caldo de Legumes e a farinha de trigo diluída no leite de coco.

Deixe cozinhar alguns minutos, misturando para dissolver os tabletes de Caldo. Desligue o fogo e junte o Creme de Leite, a cebolinha e a salsa. Mexa bem e despeje o refogado na moranga. Polvilhe o queijo ralado e leve ao forno para gratinar.

DICAS:

– Se desejar, substitua o camarão pela mesma quantidade de [frango desfiado](#).

Micro-ondas:

Esta receita pode ser feita no forno de microondas no momento da cocção da moranga e na finalização. Após passar FONDOR e recolocar a tampa na moranga crua, leve-a ao microondas em uma

vasilha refratária. Use a potência alta por cerca de 20 minutos (Caso o forno não tenha prato giratório, vire a moranga após 10 minutos e complete com 10 a 13 minutos).

Embrulhe a moranga em papel de alumínio e deixe por 15 minutos em tempo de espera, para completar o cozimento. Retire o papel de alumínio, coloque o recheio já pronto e leve ao microondas para gratinar, na potência média, por 12 a 15 minutos.

Sobre a receita

Rendimento: 10 porções

Categoria da Receita: Prato Principal

Tipo de Prato: Peixes e Frutos do mar

Tempo de Preparo: 120 min.

Tempo Total de Preparo: 120 min.

Nível de Dificuldade: Fácil

Custo: \$\$ – Baixo

Camarão na Moranga com Creme de Leite