

MARISCO OCEÂNICO

INGREDIENTES

1 kg de marisco limpo e fresco
1 cebola grande cortada em tiras
2 dentes de alho fatiados
120 g de abóbora cortada em cubos
100 g de coco fresco ralado
cebolinha a gosto
hortelã a gosto
sal a gosto

MODO DE PREPARO

Em uma frigideira, use apenas um pouco de azeite de oliva
Doure o marisco no azeite até o mesmo começar a soltar a água
Começando a soltar a água, retire
Em outra panela, coloque a água (bem pouco, apenas para derreter a abóbora) e a abóbora
Quando a abóbora virar uma geleia, acrescente o coco e desligue o fogo
Retorne na panela com o marisco e acrescente água aos poucos, apenas uma lâmina de água bem rasa
Aumente o fogo e comece a mexer levemente para não quebrar ou desfiar o marisco, já que ele é muito sensível
Quando a água secar, misture a geleia de abóbora e mexa
Acrescente sal a gosto
Retire da panela e decore com a cebolinha

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáceis

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/5563-marisco-oceanico.html>