

# 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/5564-marisco-oceanico-2.html>