

PURÊ DE CABOTIÁ COM CARNE SECA E COUVE CRISPY

INGREDIENTES

1 abóbora cabotiá
1 colher (sopa cheia) de manteiga sem sal
2 colheres (sopa) de creme de leite
sal a gosto
pimenta-do-reino a gosto
de pimenta branca a gosto
500 g de carne seca (dessalgada)
10 folhas de couve manteiga (higienizadas)
3 copos de óleo vegetal

MODO DE PREPARO

Descasque a cabotiá, retire as sementes e corte em pequenos pedaços.

Coloque em uma panela, cubra de água e acrescente sal.

Cozinhe em fogo médio até ficar macia.

Em uma panela de pressão, coloque a carne seca já dessalgada (explico no final da receita a dessalga) cubra de água e cozinhe na pressão por 20 minutos.

Retire a água, desfie a carne e reserve.

Retire os talos da couve, junte todas as folhas e faça um "rolo" com as folhas.

Corte ao meio de forma que fique dois "rolinhos", para facilitar o corte fino.

Corte os rolinhos em fatias bem finas (a faca ajuda na hora do corte) começando da parte reta do rolo.

Tempere a couve com sal e frite no óleo vegetal (o óleo não pode estar muito quente pois a couve seca rapidamente).

Retire e reserve em um refratário com papel absorvente.

Com a cabotiá sem água e já morna, coloque em uma peneira e passe com o auxílio de uma colher. Depois de passada pela peneira, adicione a manteiga (amolecida no micro-ondas por 5 segundos), o creme de leite e mexa até ficar homogêneo.

Em seguida, tempere com sal, pimenta-do-reino e pimenta branca.

Monte em ramequins ou onde preferir, na ordem: purê, carne seca e couve.

Bom apetite.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/26794-pure-de-cabotia-com-carne-seca-e-couve-crispy.html>