

MANTEIGA DE AZEITONA - PANELINHA



Este acessório culinário é a evolução da manteiga composta (que você mistura com ervas e temperos para dar aquele sabor a jato nas preparações). O toque salgadinho das azeitonas é complementado pelo frescor das raspas de limão, e a combinação vai bem com grelhados, polentas e risotos. Também fica deliciosa no recheio da batata assada ou para passar no pão. Você pode bater e servir em seguida (ela se desmancha na boca!) ou armazenar na geladeira por até um mês

 1 hora 15 porções

INGREDIENTES

- 200 gramas de manteiga com sal
- ½ xícara [chá] de azeitona verde sem caroço [cerca de 65 g]
- 12 ramos de salsinha
- Raspas de 2 limões

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Retire a manteiga da geladeira e deixe em temperatura ambiente até ficar bem macia [ponto de pomada] — isso leva cerca de 40 minutos, podendo variar de acordo com a temperatura ambiente, mas é essencial para o preparo da receita; se a manteiga estiver gelada ou firme demais, fica difícil incorporar os outros ingredientes.
- 2º Lave, seque e pique fino a salsinha. Pique fino as azeitonas.
- 3º Numa tigela, coloque a manteiga e mexa com uma espátula apenas para desmanchar a barra — assim fica mais fácil misturar os outros ingredientes. Adicione a azeitona picada, a salsinha, as raspas de limão, o sal e mexa bem com o batedor de arame por cerca de 3 minutos, até a manteiga ficar cremosa. Sirva a seguir.
- 4º Numa tigela, coloque a manteiga e mexa com uma espátula apenas para desmanchar a barra — assim fica mais fácil misturar os outros ingredientes. Adicione a azeitona picada, a salsinha, as raspas de limão, o sal e mexa bem com o batedor de arame por cerca de 3 minutos, até a manteiga ficar cremosa. Sirva a seguir.
- 5º **PODE GUARDAR** Se preferir, você pode armazenar a manteiga por até um mês na geladeira dentro de um pote hermético, ou embalada num rolinho de papel-manteiga. Lembre-se de que depois de gelada a manteiga volta a ficar firme: retire da geladeira 10 minutos antes de servir para garantir que ela fique mais macia. Ah, e a manteiga também pode ser congelada, enrolada no papel-manteiga: dura até 3 meses no freezer!

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO [26 g]	% DDR
ENERGIA	401 kcal	106 kcal	5 %
CARBOIDRATOS	4 g	1 g	0 %
PROTEÍNA	1 g	0 g	0 %
GORDURA	44 g	12 g	21 %
GORDURAS SATURADAS	25 g	7 g	30 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	0 g	1 %
SÓDIO	516 mg	136 mg	6 %