

AZEITE AROMATIZADO



Aromatizar o azeite é uma forma de incorporar cor, sabor e aromas às mais diversas preparações, além de servir também como um molho para saladas. Dica: utilize sementes de urucum, açafrão, páprica doce ou cúrcuma em pó para trazer cor; alho, pimentas, raspas de limão ou de laranja, páprica picante ou defumada para agregar sabor; e manjeriço, alecrim, sálvia, orégano, coentro, estragão ou tomilho, para agregar aroma.

 20 minutos 20 minutos 50 porções

INGREDIENTES

- 500 ml de azeite de oliva extra virgem
- 3 xícaras de chá de manjeriço fresco (72 g)
- 3 colheres de sopa de salsa fresca (30 g)

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Em uma panela, ferva água suficiente para esquentar as ervas. Escalde as ervas frescas por 20 segundos, e depois deixe secar em cima de um papel toalha ou pano de prato limpo.
- 2º Em uma panela, aqueça o azeite em fogo baixo até que atinja a temperatura de 80°C.
- 3º Adicione as ervas e deixe descansar de um dia para o outro. Por fim, transfira o azeite para um recipiente de vidro escuro e mantenha sob refrigeração.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (12 g)	% DDR
ENERGIA	739 kcal	89 kcal	4 %
CARBOIDRATOS	1 g	0 g	0 %
PROTEÍNA	1 g	0 g	0 %
GORDURA	83 g	10 g	18 %
GORDURAS SATURADAS	12 g	1 g	7 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	0 g	0 %
SÓDIO	1 mg	0 mg	0 %