



CAMARÕES À MODA MARROQUINA

Esta receita é uma ótima opção de aperitivo para receber os amigos em casa, pois é de fácil execução e ainda combina muitos sabores.

 20 minutos 20 minutos 6 porções

INGREDIENTES

- 16 unidades grandes de camarão limpo (sem casca e sem cabeça) (480 g)
- 4 colheres de sopa de azeite de oliva extra virgem (32 ml)
- 1/2 colher de chá de páprica doce e 1/2 colher de chá de páprica picante (2 g)
- 1 colher de chá de gengibre em pó (2 g)
- 1 colher de chá de cominho em pó (2 g)
- 1/2 colher de chá de coentro em pó (1 g)
- 3 dentes de alho esmagados ou em pasta (9 g)
- 1 colher de sopa de salsa fresca (10 g)
- 1 colher de sopa de coentro fresco (10 g)
- 4 fatias médias de abacaxi (300 g)

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Em uma frigideira larga, antiaderente e com as laterais altas, adicione o azeite e os temperos e ligue o fogo bem baixo. Deixe apurar os sabores por cerca de 1 minuto quando começar a aquecer. Retire da frigideira e reserve.
- 2º Aumente o fogo, aproveite o azeite e junte os camarões, deixe fritar por 2 minutos de cada lado, em fogo médio-alto. Volte com as ervas e temperos e desligue o fogo. Reserve.
- 3º Pique as fatias de abacaxi em quatro triângulos, desprezando o miolo. Em uma frigideira, doure-as bem dos dois lados.
- 4º Use espetos para churrasco para arrumar os camarões, alternando com o abacaxi.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (141 g)	% DDR
ENERGIA	111 kcal	157 kcal	8 %
CARBOIDRATOS	5 g	8 g	3 %
PROTEÍNA	12 g	18 g	23 %
GORDURA	5 g	6 g	12 %
GORDURAS SATURADAS	1 g	1 g	5 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	1 g	4 %
SÓDIO	128 mg	181 mg	8 %