

PEIXE EM LISBOA 2013
12 DE ABRIL**CHEF VASCO ALVES**
ESCOLA DE HOTELARIA E TURISMO DE SETÚBAL**ARROZ CREMOSO DE POLVO**INGREDIENTES (6 PESSOAS)

200 g Arroz carolino
800 g Polvo
600 ml Fundo de cozedura do polvo
50 g Cebola
2 uni. Alho (dentes)
Coentros
0,1 lt Azeite
Manteiga
1uni. Ramo de cheiros
20 g Queijo de Azeitão

PREPARAÇÃO

- Cozer o polvo sem água, só com azeite e ramo de cheiros (1h:15)
- Reservar o fundo de cozer o polvo e juntar água até perfazer 600 ml.
- Refogar alho cebola em manteiga e juntar o arroz mexendo sempre e juntando o fundo de polvo.
- Deixar confeccionar durante 12 minutos terminar com manteiga, queijo e coentros.
- Empratar com o polvo.
- Por fim tempere a seu gosto e frite colheradas do preparado em óleo bem quente.
- Não se esqueça de deixar escorrer em papel absorvente para evitar o óleo em demasia.
- Empratar



O Melhor do Nosso Mar.