



PONTO VERDE COMÉRCIO DE PRODUTOS NATURAIS LTDA.

Rua do Estilo Barroco, 442 – Santo Amaro – 04709-011 – São Paulo – SP
www.lojapontoverde.com.br - Tel.: (11) 5182-5161

Purê de Cará com talos de Beterraba

Ingredientes:

Purê

1 Kg de Cará
2 xícaras de leite
1 gema
2 claras
talos de 2 beterrabas
1 colher de sopa de manteiga
1 pitada de noz moscada
sal
2 colheres de sopa de queijo parmesão ralado

Recheio:

Folhas de 2 beterrabas
3 tomates maduros
150g de mussarela ralada
8 azeitonas verdes picadas
1 colher de sopa de salsinha
2 colheres sopa de azeite
3 dentes de alho amassados

Modo de Preparo:

Purê:

Lave os carás, corte-os em pedaços e cozinhe com casca por 15 minutos na pressão. Escorra, tire as cascas, passe no amassador de batatas e reserve. Lave os talos das beterrabas e bata no liquidificador com o leite por 1 minuto. Leve a mistura para uma panela em fogo baixo, junte a manteiga, o cará, o sal e a noz moscada. Mexa com frequência, até formar um purê uniforme. Junte a gema e as claras batidas em neve. Reserve.

Recheio:

Lave as folhas das beterrabas, corte-as em tiras. Refogue o alho no azeite, junte os tomates, as folhas de beterraba, a salsinha e as azeitonas. Mexa por dois minutos, até que as folhas murchem. Numa assadeira untada, coloque metade do purê e espalhe todo o recheio. Polvilhe com a mussarela e cubra com o restante do purê. Polvilhe com o queijo ralado e leve ao forno médio por 25 minutos.