

LULA RECHEADA

Por Armando Sales Ritchie

Ingredientes:

5 batatas médias
1kg de lula limpa
300grs de camarões médios
4 raminhos de coentro
3 dentes de alho picado
Um pouco de vinho branco seco

Molho: Ferver ½ litro de água e acrescentar casca de camarão com uma pitada de sal. – Deixar separado.

Bater no liquidificador 1kg. de tomate sem sementes com 1 cebola pequena roxa.

Colocar ao lume para apurar o molho e acrescentar uma pitada de açúcar. Após apurado, acrescentar 140ml de tomate concentrado para tomar cor.

Recheio para 1kg de lula:

1 tira de cebolinha picada (chun)
2 raminhos de coentro picado
2 fatias de pão de forma sem borda
½ cebola roxa picada
30grs. de chouriço
30grs de champignon
100grs de camarão picado
150grs de lombo de porco moído
Um pouco de azeitona verde picada
100grs de ervilha, em conserva
1 clara de ovo
1 cálice de vinho branco seco
Sal, pimenta do reino e ajinomoto a gosto
Misturar bem o recheio com um a dois fios de azeite.

Modo de preparo: Cozinhar as batatas descascadas ao ponto, cortar em fatias, deixar separado.

Escaldar bem a lula e deixar esfriar. Injetar o recheio na lula.

Numa panela média colocar 3 colheres de sopa de azeite, alho picado, deixar ferver e colocar as lulas recheadas para dar uma fritura de leve para absorver o azeite.

Acrescentar o molho de tomate, mexer de leve até começar ferver, acrescentar aos poucos ½ litro de água de camarão, Um pouco de vinho branco seco e deixar ferver, acrescentar batatas e deixar cozinhar até perceber que o molho começa a engrossar. No fim acrescenta 200grs de camarões para mais uma fervura, colocar em um pirex para servir e salpicar a sobra de coentro.