

Mexilhões estufados



Ingredientes: 1 unidade de talo de aipo
0.25 unidade de pimento amarelo
0.25 unidade de pimento vermelho
0.25 unidade de pimento verde
1 quilogramas de mexilhões
2 unidade de cebolas
1 decilitro de azeite
2 unidade de tomates
1 colher de sopa de polpa de tomate
1 decilitro de vinho branco
0 totaste de sal & pimenta

Instruções de preparação:

Lave e corte o aipo e os pimentos em pedaços. Corte a cebola em meias-luas e refogue-a num tacho com o azeite. Retire a pele e as sementes aos tomates e pique-os. Junte ao refogado anterior e deixe refogar durante uns minutos. Adicione o aipo, os pimentos, os mexilhões e a polpa de tomate. Tempere, a gosto, com sal e pimenta. Mexa ligeiramente os ingredientes e regue-os com o vinho. Deixe cozinhar, em lume brando, cerca de 10 minutos, com o tacho tapado. Rectifique os temperos e sirva.

Sugestões Adicionais: