

Espetadas de lulas com bacon



Ingredientes: 800 grama de lulas (congeladas)

100 grama de bacon

100 grama de cebola

50 grama de limão

30 grama de manteiga

200 grama de arroz carolino

0 totaste de pedaços de lulas

3 centilitro de azeite

50 grama de cebola picada

4 centilitro de vinho tinto

150 grama de cenouras

Instruções de preparação:

Depois de amanhadas as lulas, corte-as em pedaços e tempere de sal e pimenta. Corte em cubos o bacon, os pimentos e a cebola e intercale a cebola e o bacon com as lulas. Regue com o sumo de limão e leve à grelha bem quente. Depois de grelhadas as espetadas, coloque-as numa travessa com gomos de limão e manteiga derretida. Com os pedaços que sobram das lulas, faça um arroz caldoso. Leve ao lume o azeite com a cebola picada e deixe alourar, acrescente as lulas em pedaços, deixe refogar um pouco, acrescente o vinho tinto, deixe apurar e adicione um litro de água a ferver. Depois de ferver, tempere de sal e junte o arroz carolino deixando-o cozer. Acompanhe com cenoura crua ralada.

Sugestões Adicionais: