

SALADA DE POLVO

Ingredientes

- 250 g de fusilli (massa)
- 500 g de polvo
- 2 ovos M
- 1 tomate - 250 g
- 1 pepino - 150 g
- 1 cebola - 60 g
- Mangericao (opcional)
- Sal q.b
- Azeite q.b
- Vinagre balsamico q.b

**Receita
para 4
pessoas**

Modo de fazer

- Coza a massa durante 15 minutos numa panela com água abundante e sal. Escorra-a, passe-a por água fria e reserve;
- Coza os ovos em água a ferver por cerca de 8 minutos. Deixe-os arrefecer, descasque-os, corte-os em quartos;
- Numa taça, junte o pepino, a cebola e o tomate cortados e o manjeriço picado;
- Tempere com sal, misture tudo muito bem e junte o polvo previamente cozido;
- Envolve este preparado na massa, tempere com azeite e vinagre e decore com os ovos;
- Leve ao frio por 10 min e sirva.

Calorias por porção : 533 kcal

Preço total da receita: 8,64 €

Preço por porção: 2,16 €

Receita do mês de Junho 2023

