



Salada quente de curgete e abóbora com cogumelos e queijo feta

salada quente de curgete e abóbora com cogumelos e queijo feta

30 min | ★★ | Prato Principal

para 6 pessoas

ingredientes

50 g de amêndoas laminadas

300 g de abóbora butternut limpa

300 g de curgete

300 g de cogumelos laminados

50 g de bacon magro em cubinhos

2 colheres de sopa de Becel Cozinha

1 colher de chá de cominhos em pó

Sal qb

Pimenta de moinho

Noz moscada

100 g de queijo feta

Coentros frescos

modo de preparação (para 6 porções)

para salada quente de curgete e abóbora com cogumelos e queijo feta

1. Aloure a amêndoa numa frigideira antiaderente.
2. Ao mesmo tempo, tire a casca à abóbora, lave a curgete e limpe os cogumelos laminados com papel de cozinha.
3. Retire as amêndoas da frigideira e reserve. Deite os cubinhos de bacon e a Becel Cozinha na mesma frigideira e deixe alourar. Adicione os legumes preparados, polvilhe-os com cominhos e tempere com sal, pimenta moída na altura e uma pitada de noz moscada. Salteie sobre lume moderado e mexendo de vez em quando até os legumes estarem tenros mas ainda crocantes.
4. Entretanto, corte o queijo em cubinhos.
5. Retire os legumes para o recipiente de serviço, por cima espalhe os cubinhos de queijo e salpique com folhas de coentros e as amêndoas tostadas.

Saboroso!