



Mingau de tapioca e castanha-do-Brasil

Apresentação

Essa preparação é inspirada nas raízes da cozinha brasileira. Um preparo simples e prático, a porção pode ser preparada onde será consumida. O resultado é encantador! A textura é delicada e aveludada devido a união do leite de coco com a tapioca granulada. O sabor e aroma se completam com a presença da castanha-do-Brasil e das raspinhas de limão. Um carinho transformado em alimento.

Ingredientes (1 porção de 180 g)

½ xícara (chá) de leite de coco (120 ml)
1 colher (sopa) de açúcar (20 g)
2 colheres (sopa) de tapioca granulada (30 g)
2 unidades de castanha-do-Brasil (10 g)
1 colher (chá) de raspas de limão (1 g)

Preparo

1. Em uma tigela pequena, colocar o leite de coco e levar ao micro-ondas por 2 minutos na potência média (50%) para aquecer.
2. Adicionar o açúcar e a tapioca granulada e misture bem. Deixe de repouso por 30 minutos.
3. Misturar novamente, cubra com filme plástico e deixe em repouso por mais 3 horas em refrigeração.
4. Ralar a castanha-do-Brasil em ralo fino e adicionar junto com as raspas de limão. No mingau. Misturar, decorar com um pouco de raspas de limão e sirva em seguida.

Recomendações

O açúcar pode ser substituído por mel ou adoçante culinário.