

Salada de macarrão de arroz (textura modificada)



Ingredientes (para 1 porção)

- 30 g de macarrão de arroz
- 75 g de cenoura
- 75 g de abobrinha
- 75 g de cebola
- 3 camarões sem cabeça
- 1 clara de ovo cozida
- Cebolinha
- Gengibre
- Vinagre de maçã
- Azeite de oliva extra virgem

Preparo

1. Descascar e cortar todos os legumes.
2. Picar a cebolinha e ralar um pouco de gengibre. Acrescentar um pouco de azeite e algumas gotas de vinagre de maçã. Reservar.
3. Cozinhar a cenoura em uma panela com água e um pedaço de gengibre até que fique bem mole. Escorrer, retirar o gengibre e processar com um pouco da água do cozimento até formar um creme homogêneo. Reservar.
4. Retirar a casca dos camarões e fervê-los por 2 minutos na água do cozimento da cenoura. Escorrer.
5. Em uma panela com bastante água cozinhar o macarrão, a abobrinha e a cebola o tempo necessário para que fiquem bem cozidos.
6. Colocar o macarrão, a cebola e a abobrinha em um liquidificador ou recipiente próprio para mixer e juntar os camarões e a clara de ovo em pedaços. Processar até obter um purê homogêneo. Ajustar com água se for necessário.
7. Empratar com o purê de macarrão na base, o purê de cenoura em cima e o vinagrete de cebolinha e gengibre.
8. Se necessário, coar.

Recomendações

Em caso de disfagia grave, processar o vinagrete de cebolinha com o purê de cenoura e, se o resultado final não for uniforme, passar na peneira todos os purês.