

## Anexo II - Ficha Técnica

NOME DA RECEITA: Nhoque de Mandioca com Molho Natural de Tomate e Carne



QUANTIDADE DE PORÇÕES 8 a 10 porções. TEMPO DE PREPARO 60 MIN

| INGREDIENTES    | QUANTIDADES     |
|-----------------|-----------------|
| Mandioca cozida | 1kg             |
| Sal             | 1 pitada        |
| Carne moída     | 500 gr          |
| Tomate          | 6 unidades      |
| Cebola          | 1 unidade       |
| Alho            | 2 dentes        |
| Óleo vegetal    | 1 colher (sopa) |
| Colorau         | 1 colher (café) |
| Cheiro verde    | À gosto         |

### MODO DE PREPARO

Cozinhar a mandioca até ficar bem macia e escorrer completamente a água. Amassar ainda morna até formar um purê uniforme. Modelar pequenas porções e cozinhar em água fervente até subirem à superfície. Reservar.

Para o molho, refogar o alho e a cebola no óleo, acrescentar a carne moída e cozinhar.

Adicionar os tomates picados e um pouco de água, deixando cozinhar até formar um molho encorpado. Acrescentar o colorau e finalizar com cheiro-verde.

Misturar o nhoque ao molho ou servir o molho por cima.