



Poke bowl com chips de batata doce



Categoria
Saladas



Tempo de preparação
Rápido



Dificuldade
Médio



Custo
Elevado



Com quem?
Com amigos



Nº de pessoas
4 pessoas

Ingredientes



100ml Gallo Azeite Extra
Virgem Clássico



25ml Gallo Vinagre
Balsâmico de Modena

- 200g de batata doce frita
- 400g de atum fresco
- 400g de arroz cozido
- 250g de abóbora
- 1 pepino
- 1 cenoura
- 1 courgette
- 1 abacate
- 50g caju
- QB sal, pimenta e sementes de sésamo

Modo de preparação

1

Comece por cortar a abóbora em pequenos cubos, temperando com sal, pimenta, o Gallo Azeite Extra Virgem Clássico e o Gallo Vinagre Balsâmico de Modena, e leve ao forno durante 25 minutos a 180°C.

2

Ao mesmo tempo, vá preparando as chips de batata doce.

3

Entretanto, utilize um espiralizador para fazer esparguete do pepino e da courgette, reservando.

4

Lamine a cenoura e o abacate.

5

Numa taça, coloque o arroz, por cima o atum cortado em cubos, os legumes alternados e as chips de batata doce.

6

Finalize com caju por cima e regue tudo com Azeite Extra Virgem Clássico.

Produtos utilizados



Clássico
Azeite Virgem Extra



Balsâmico de Modena
Vinagre Balsâmico

Veja também

 Saladas  Médio  Fácil

Salada de espargos assados com tomate, pinhões e burrata

 Saladas  Médio  Fácil

Burrito bowl com batata doce

 Saladas  Médio  Fácil

Salada niçoise com alcachofras

 Saladas  Rápido  Fácil

Salada de grão com bacalhau

 Saladas  Médio  Fácil

Salada de camarão e abacate



Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide