

# Concorrente #2 – Lar Santo Antônio

## Massa al Pesto

### INGREDIENTES:

**Massa alimentícia:**  
linguine com pesto  
2. Lombinhos ou peito de frango  
3. Curgete  
4. Para o molho pesto:  
• folhas de manjericão fresco;  
• sumo de 1/2 limão;  
• 1 c. sopa de azeite;  
• 1/2 queijo fresco magro de barrar;  
• 1 c. sopa de água.  
Para temperar o frango: 3 dentes de alho + 3 c. sopa de azeite; 3 c. sopa de vinho branco de cozinha; 3 c. chá de paprika em pó; 2 c. chá de salsa; 2 c. chá de alho em pó.  
5. Tomates cereja

### COINÇÃO:

Começar por colocar uma frigideira com fundo grande a aquecer, de seguida colocar 3 c. sopa de azeite com 3 dentes de alho picado e deixar cozinhar até o alho ficar douradinho.

2) Cortar os lombinhos ou peito de frango em pequenos pedaços e juntar na frigideira.

3) Temperar o frango com 3 c. sopa de vinho branco de cozinha; 3 c. chá de paprika em pó; 2 c. chá de salsa; 2 c. chá de alho em pó.

4) Colocar testo na frigideira e deixar o frango cozinhar até todo o molho líquido evaporar.

5) Retirar o frango cozinhado da frigideira e acrescentar a curgete com casca partida em fatias finas. (acrescentar 1 c. sopa de água caso a frigideira fique demasiado quente e comece a queimar)

6) Deixar cozinhar a curgete até que passe de uma cor branca para uma cor mais suave, mas de modo a que não fique demasiado cozinhada.

7) Aquecer água com 1 c. chá de sal e quando estiver a ferver acrescentar a massa. Deixar cozer entre 7-10 minutos.

8) Entretanto fazer o molho pesto: picar a quantidade de folhas de manjericão correspondente a "uma mão", de seguida adicionar o sumo de  $\frac{1}{2}$  limão, 1 c. sopa de azeite,  $\frac{1}{2}$  queijo "vaca que ri" e 1 c. sopa de água. Mexer bem de modo a que fique tudo bem envolvido.

9) Empratar: fazer um pequeno "ninho" de massa, de seguida colocar por cima cerca de 3 c. sopa do frango, por cima do frango colocar um pouco de molho pesto, tomates cereja e duas folhas de manjericão frescas. Colocar a curgete em "meia lua" em redor da massa e do lado oposto umas pequenas gotas do molho pesto.

**Modo de confecção:** frango e curgete salteados separadamente; massa cozida em água com 1c. chá de sal.

**Tempo:** 15-20 minutos para o frango + 15 minutos para a curgete + 10 minutos para a massa; restante tempo para preparação dos ingredientes e realização do molho pesto.

### OBSERVAÇÕES:

**Autores:** Ermelinda Brito e Elvira Alves