

Migas com filetes de polvo

Receita Pingo Doce

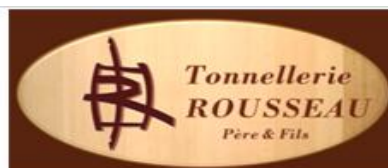
INGREDIENTES

Polvo cozido
Couve-galega cozida
Feijão frade cozido
Broa moída
Óleo
Azeite Valle Madruga
Farinha
Ovo
Alhos



PREPARAÇÃO

Corta-se o polvo em filetes e passam-se por ovo e farinha.
Fritam-se em óleo.
Numa caçarola coloca-se o alho e o azeite que se deixam aquecer.
Depois salteia-se o feijão-frade e a couve, misturando a broa moída de seguida.



Alberto Ramos Moreira

935 626 736

a.t.moreira.email@sapo.pt