

Receita de Peixinhos da Horta com Arroz de Tomate para quatro pessoas

Tempo de preparação: 1 hora

Grau de dificuldade: Média

Nº de pessoas: 4

Ingredientes:

- 1/2 kg de feijão verde
- 2 ovos
- 100 g de farinha
- 0,6 dl de água com gás
- 300g de arroz
- 0,6 dl de água
- 2 colheres de sopa de polpa de tomate
- 1 cebola
- 2 dentes de alho
- 1 tomate
- 4 colheres de sopa de azeite
- 2 folhas de louro
- Sal, pimenta, coentros e óleo para fritar q.b.

Preparação:

Lave e tire as pontas do feijão verde, se for necessário retire-lhes o fio. Corte-os ao meio, no sentido do comprimento. Leve o feijão a cozer num tacho com água, temperada com sal, durante cinco minutos após iniciar fervura. Depois de cozido, retire o feijão do lume, escorra e arrefeça-o em água fria. Escorra de novo e reserve. Entretanto, prepare um polme com a farinha, os ovos, a água com gás, sal e pimenta. Passe o feijão verde por este polme e frite.

De seguida, descasque a cebola, os dentes de alho e pique ambos. Retire a pele e as grainhas ao tomate e pique-o também. Faça um refogado, num tacho com a cebola, o alho, o louro, o tomate e o azeite. Adicione o arroz, envolvendo bem e verta neste três vezes o volume de arroz em água. Por último, adicione a polpa de tomate, tempere com sal e perfume com coentros. Deixe cozer, deixando o arroz de tomate malandrinho. Acompanhe os peixinhos da horta com este arroz.