



Espeto de Merluza e Camarão

Ingredientes:

Merluza

200 g.

Camarões pelados

100 g.

Cebola

1 unidade

Pimentão vermelho

½ unidade

Pimentão verde

½ unidade

Pimentão amarelo

½ unidade

Varas de espeto

8 unidades

Suco de limão

a gosto

Procedimento:

Cortar as varas de espeto a fim de que tenham a mesma dimensão do BroCheff.

Pelar e separar as camadas da cebola e cortar em quadrados de 2 cm.
Limpar e cortar os pimentões em quadrados de 2 cm.
Cortar a merluza em quadrados de 2 cm. aprox. e pulverizar com suco de limão junto com os camarões.
Armar os espetinhos alternando cebola-camarão (dobrado ao meio)-pimentão-cebola-merluza-pimentão.
Se o filé for estreito colocar 2 juntos.
Cozinhar por 2 minutos e meio na potência alta.

