

Abóbora Frita em Palitos

Receita de Marli Henriques

Deixo aqui outra sugestão de acompanhamento, uma forma diferente de comer abóbora - em palitos! Abóbora frita é simplesmente deliciosa e acompanha bem qualquer prato de carne ou peixe. (Ou se forem gulosos como eu, também podem comer abóbora frita como *snack*!)

Para 2 pessoas

Ingredientes

200 gramas de abóbora

5 Dentes de alho

1 Folha de louro

1 Raminho de tomilho ou outra erva aromática a gosto

Óleo vegetal, sal marinho q.b.



Preparação

Prepare a abóbora cortando em palitos.

Lave os alhos e as ervas aromáticas - eu usei uma folha de louro e um raminho de tomilho, mas podem sempre escolher outras a seu gosto.

Aqueça óleo suficiente numa frigideira; quando quente, adicione a abóbora. Quando ganhar uma cor dourada e estiver quase pronta, junte os dentes de alhos ligeiramente pisados e com casca, e as ervas aromáticas. Deixe fritar por mais uns minutos.

Retire e coloque a abóbora num prato com papel de cozinha para absorver o excesso de óleo.

Salpique com sal marinho e sirva.

