



Chef Carmem Virgínia
Receita Guibeguirì, a comida do Rei (Caruru de Rabada e Camarões)
Rendimento 4 porções

Caruru de Rabada e camarões

50 quiabos cortados em *émincé* (bico de gaita);80 ml de azeite de dendê;
200 gramas de cebola cortada em cubos pequenos;
1 rabo de boi cortado em pedaços;
300 gramas de camarão fresco pistola;
200 gramas de camarão seco;
200 mL de caldo de carne;
100 gramas de xerém de amendoim;
200 gramas de pimentões coloridos;
100 gramas de xerém de castanha de caju;
150 gramas de castanha de caju inteira;
5 pimentas malaguetas amassadas;
2 pimentas de cheiro cortadas em laminas;
50 gramas de massala (mistura de especiarias);
Coentro a gosto;
Cebolinha a gosto;
Sal a gosto.

Modo de Preparo

1. Doure o rabo de boi (rabada) com um pouco de dendê e acrescente uma cebola picada, os pimentões;
2. Acrescente o caldo de carne e 1 litro de água e deixe cozinhar lentamente ate desfiar;
3. Refogue os camarões pistola com um pouco de dendê, reserve;
4. Numa panela, coloque o azeite e os quiabos, vá acrescentando liquido aos poucos, em seguida os camarões secos, a cebola, as pimentas e todos os outros ingredientes;
5. Junte os camarões pistola e a carne desfiada ao ensopado de quiabos, finalizando com coentro e cebolinha.
6. Esta preparação pode ser servida bem quente com angu.