

Título: Pataniscas de polvo

Ingredientes:

azeite

Meia cebola

2 dentes de alho

2 ovos

120 g de farinha

1 colher de café de fermento em pó

25g de sobras de polvo cozido em pedaços

coentros

Procedimento:

- Numa frigideira com um fio de azeite, refogue a cebola picada e os dentes de alho picados finamente;
- Em seguida misture numa taça, os ovos batidos com a farinha e o fermento até obter uma massa suave;
- Prossequimos com a adição do polvo, do refogado e os coentros bem picados (e se quiser adicionar uma pitada de sal e pimenta);
- Depois, numa frigideira funda, aqueça o óleo e assim que estiver quente fritar (às colheradas) a massa até ficar bem estaladiça e dourada;
- Por fim escorrer bem as pataniscas e servir.

Efetuada por: Patrícia Filipa da Silva nº16

Turma: 8ºA

Escola Básica de Freiria