

Receita!

Programadora formada pela toti!

Minha Receita Calulu de Carne Seca e Funge de Bombó



Ingredientes para Calulu de Carne Seca:

- 1 kg de carne seca
- 1 cebola grande
- 3 tomates grandes
- 2 dentes de alho
- 1/2 kg de quiabos
- 2 gorgetes ou beringela
- óleo de palma

- folhas de batata doce ou folhas de mandioca (gimboa)

Modo de Preparação

Demolha-se a carne seca salgada, põe-se a cozer com alho.

Quando estiver quase cozida, junta-se os tomates, a cebola, os gorgetes, as folhas de batata doce, os quiabos e o óleo de palma, quando estiver cozido, serve-se com funge e feijão de óleo de palma.

Ingredientes do Funge de Bombó

- 300 grs de fuba de mandioca
- 5 dl de água + ou -

Modo de Preparação

Leva-se um tacho ao lume com a água e deixa-se ferver. Retira-se o tacho do lume e deita-se um pouco de água fria. Junta-se a fuba, mexe-se muito bem e volta ao lume para cozer mexendo sempre durante +- 4 a 5 minutos. Retira-se do lume e com uma colher de pau grossa bate-se mais um pouco. Está pronto a servir.

Preparo na prática - Video

Calulu com funge de Bombó

Calulu de Carne Seca & Funge de Bombó #COMIDASDEAN...

