

# FICHA TÉCNICA - RESTAURANTE

## Moqueca Sertaneja

### CATEGORIA

Especialidades

### CHEF RESPONSÁVEL

Rodrigo Oliveira e equipe

### DESCRIÇÃO

Moqueca vegetal com frutas e legumes do sertão.

### INGREDIENTES

Caju, banana-da-terra, abóbora, maxixe, cebola, alho, tomate, leite de coco, azeite.

### MODO DE PREPARO

Cebola e alho são refogados no azeite. Tomate forma a base. Abóbora entra primeiro, seguida de caju, banana e maxixe. O leite de coco é adicionado e a cocção é suave para manter a textura dos ingredientes.

### TEMPO MÉDIO DE PREPARO

40 minutos

### RESTRIÇÕES ALIMENTARES

Vegano | Sem glúten

### SUGESTÃO DE EMPRATAMENTO

Panela de barro

### HARMONIZAÇÃO

Suco de maracujá

### CUSTO MÉDIO

R\$ 32-38

Versão: v1.0 | Data: 13/04/2025