CREME DE MANDIOCA E PEIXINHO FRITO

**Orientações iniciais:**

* Leia ATENTAMENTE **toda** a receita antes de iniciar qualquer procedimento e planejem a divisão das tarefas para otimizar o tempo
* Higienize todos os alimentos que necessitarem de higienização como frutas, folhas, legumes e vegetais

| INGREDIENTES - CREME DE MANDIOCA* 1 xícara de chá de mandioca ralada crua
* ½ cebola branca
* 2 xícaras de chá de leite
* ½ xícara de chá de água potável
* 1 colher de sopa de manteiga
* Noz-moscada ralada na hora a gosto
* Sal a gosto

INGREDIENTES - PEIXINHO FRITO* 50 folhas de peixinho
* 2 xícaras de chá de Farinha Panko
* Pimenta do reino a gosto
* 50g de farinha de trigo
* 50g de polvilho doce
* 120g de água com gás
* Sal a gosto
* Óleo para fritar

MODO DE PREPARO1. Higienize e pese todos os alimentos;
2. Descasque e pique fino a cebola. Numa panela média, coloque a manteiga e leve ao fogo médio. Quando derreter, junte a cebola, tempere com uma pitada de sal e refogue por 2 minutos, até murchar;
3. Junte a mandioca, regue com o leite e diminua o fogo. Deixe cozinhar por cerca de 30 minutos, mexendo de vez em quando para não grudar no fundo até a mandioca cozinhar e formar um creme. Durante o cozimento, vá regando com a água, caso note que o creme está secando antes da mandioca estar cozida;
4. Desligue o fogo, tempere com sal e noz-moscada a gosto;
5. Pese a preparação inteira e porcione.

MODO DE PREPARO - PEIXINHO FRITO1. Higienize as folhas de peixinho e pese todos os alimentos;
2. BOWL 1: Em um bowl coloque a farinha panko, uma pitada de sal e pimenta do reino, misture bem e reserve;
3. BOWL 2: Em um outro bowl, misture a farinha de trigo, o polvilho doce, a água com gás e uma outra pitada de sal;
4. Para empanar, pegue cada folha de peixinho e passe, primeiro, pela mistura contida no **bowl 2** - deixe escorrer o excesso para evitar que fique muita massa - e logo em seguida no **bowl 1** (farinha panko);
5. Leve uma panela média ao fogo médio com o óleo para aquecer. Enquanto isso, forre uma travessa com papel toalha;
6. Assim que o óleo estiver quente, com a escumadeira transfira as folhas empanadas para a panela. Frite de 3 a 4 peixinhos por ves até ficarem douradas - mexa de vez em quando com a escumadeira para a fritura ficar uniforme;
7. Com a escumadeira, transfira os peixinhos fritos para a travessa forrada com papel-toalha e repita com o restante;
8. Pese a preparação inteira e porcione.
 |
| --- |

**Orientações finais:**

* Toda a louça (utensílios e equipamentos) utilizados em aula devem ser lavados e guardados nos locais onde foram retirados.
* As bancadas devem ser higienizadas com água e sabão e álcool.
* Os aventais recebidos devem ser devolvidos ao laboratório no final da aula.