

NHOQUE SEM GLÚTEN COM MOLHO PESTO GENOVÊS



GLUTEN FREE

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

- 4 colheres (sopa) de manteiga
- 2 colheres (chá) de alho picado
- 6 colheres (sopa) de cebola bem picadinha
- 1kg de mandioca descascada
- 1 xícara (chá) de polvilho doce
- 2 gemas
- Salsa picadinha e sal a gosto

MODO DE PREPARO- MASSA

1. Derreta a manteiga e refogue bem o alho e a cebola. Em fogo baixo e mexendo sempre, adicione a mandioca espremida, o polvilho doce, as gemas, o tempero e salsa e sal a gosto e cozinhe até incorporar e desgrudar do fundo da panela (uns 5 minutos). Deixe amornar.
2. Em uma superfície lisa (pode ser a própria bancada que estão cozinhando), enrole porções da massa, fazendo rolinhos compridos (se necessário, polvilhe amido de milho), e corte os nhoques. Sirva com o molho pesto.

INGREDIENTES- MOLHO

- 2 xícaras (chá) de manjerição fresco
- ½ xícara (chá) de nozes (ou pinoli)
- 1 xícara (chá) de queijo parmesão ralado (100 g)
- 2 dentes de alho
- 1 ½ xícara (chá) de azeite
- sal a gosto

MODO DE PREPARO- MOLHO

1. Lave e seque bem as folhas de manjeriço. Descasque os dentes de alho.
2. No processador de alimentos bata primeiro o azeite com as nozes, os dentes de alho e o queijo parmesão até triturar. Junte as folhas de manjeriço e termine de bater para fazer o molho - quanto menos você bater as folhas de manjeriço, mais verde fica o molho. Se preferir, bata o molho no mixer ou liquidificador.

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.