



'Chef' Rodrigo Castelo

**Sintam-se
em casa,
a ementa
será:**

Ementa da Prova de Degustação Com o Chef Rodrigo Castelo

SOPA DE ERVILHA COM OVO PICADO

Para 4 pessoas

300g de ervilha
100g de cebola
20g de alho
20cl azeite
1 mão cheia de salsa
500ml de leite
Pimenta (a gosto)

Colocam-se as ervilhas no tacho com o azeite, a cebola picada e o alho laminado e deixa-se cozer durante 5 minutos. Adicionar o leite e deixar ferver. Quando terminar, adicionar a salsa picada e envolver. Para empratar colocar o ovo picado sobre a sopa.

SANDES DE FRANGO ASSADO

Pão de mistura
10g de creme de queijo para barrar light
10g de peito de frango assado sem pele
2g de amêndoa laminada torrada
2g de cenoura ralada
2g de coentros picados
Fio de azeite