

# Meias-luas de abóbora teriyaki com creme de morchelas

Tempo total **120 Mins.** 67 Mins. Tempo de preparação **33 Mins.** Tempo de confeção **20 Mins.** Tempo de Espera

## INGREDIENTES

10 Porções

**Para as meias-luas de abóbora:**

- 1 kg** de abóbora-manteiga, descascada
- 100 g** de chalotas, cortadas em fatias finas
- 30 g** de alho, esmagado
- 30 g** de gengibre, descascado, ralado
- 100 g** de manteiga
- 200 ml** de caldo de legumes
- 50 ml** [Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente Com Teor Reduzido de Sal 43% Menos Sal que O Molho de Soja Kikkoman Original](#)
- 50 ml** [Kikkoman Molho Teriyaki](#)

**Para o molho cremoso:**

- 50 ml** de óleo vegetal
  - 500 g** de morchelas, preparadas
  - 100 g** de chalotas, cortadas em cubos pequenos
  - 200 ml** de caldo de cogumelos
  - 100 ml** [Kikkoman Molho para Sushi Sem Glúten](#)
  - 500 ml** de natas para bater
- Também:**
- 50 ml** de óleo vegetal
  - 300 g** de cavolo nero, preparado
  - 50 ml** [Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão](#)

## PREPARAÇÃO

### Passo 1

Para as meias-luas de abóbora, use uma mandolina para cortar a extremidade estreita da abóbora-manteiga em fatias de aprox. 1 mm de espessura e corte-as em discos de aprox. 10 cm de diâmetro. Escalde muito brevemente em água abundante bem salgada e a ferver. Retire as sementes da parte mais grossa da abóbora e pique a polpa grosseiramente.

### Passo 2

Salteie a abóbora picada com as chalotas, o alho, o gengibre e a manteiga numa frigideira em lume médio durante 2–3 minutos. Adicione o caldo de legumes e o Molho de Soja Kikkoman com Menos Sal. Deixe cozinhar em lume brando durante cerca de 20 minutos, até o líquido reduzir por completo. Triture numa liquidificadora até obter uma mistura homogénea.

### Passo 3

Deixe o puré arrefecer ligeiramente e transfira para um saco de pasteleiro. Coloque aprox. ½ colher de chá de puré sobre cada fatia de abóbora e dobre ao meio para formar pequenas meias-luas. Pincele com um pouco de Kikkoman Teriyaki Glaze e pressione para selar.

### Passo 4

Coloque num tabuleiro ligeiramente untado e aqueça no forno a 120 °C (ventilado) durante 3–4 minutos.

**30 g** de sementes de abóbora,  
picadas

**20 g** de trevo-azedo, em  
folhas

#### **Passo 5**

Para o molho cremoso de morchelas, aqueça o óleo numa frigideira. Salteie as morchelas e as chalotas em cubos durante 2–3 minutos. Deglaceie com o caldo de cogumelos, adicione o Molho Kikkoman para Sushi e reduza para metade. Adicione as natas e volte a levar a ferver.

#### **Passo 6**

Para o cavolo nero, aqueça o óleo numa frigideira. Salteie a couve durante 2–3 minutos e tempere com o Kikkoman Ponzu Limão.

#### **Passo 7**

Disponha o cavolo nero com o molho cremoso de morchelas e as meias-luas de abóbora. Sirva decorado com as sementes de abóbora e o trevo-azedo.