

Almôndegas de millet com molho de caril picante

Tempo total **30 Mins.** **30 Mins.** Tempo de preparação

Informação nutricional (por porção)

1360 kJ / 325 kcal

INGREDIENTES

4 Porções

Almôndegas:

100 g	de millet
8	tomates secos em óleo com ervas
0,5	de salsa
punhado	
3	raminhos de manjeriço
Molho:	
1	cebola média
1	malagueta
2 colheres de sopa	de óleo de colza
2 colheres de sopa	de pasta de caril vermelha
700 g	de polpa de tomate
150 ml	de leite de coco
	Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão

PREPARAÇÃO

Passo 1

Numa frigideira, coloque o millet, despeje 220 ml de água e cozinhe em lume brando durante 12 minutos com a tampa colocada. Enquanto isso, pique a salsa e o manjeriço.

Passo 2

Misture o millet quente com o tomate seco, misture com as ervas e deixe arrefecer.

Passo 3

Pique a cebola e a malagueta, frite no óleo juntamente com a pasta de caril. Acrescente a polpa de tomate e cozinhe durante 10 minutos. Junte o leite de coco e o [molho de soja Ponzu limão](#).

Passo 4

Faça pequenas almôndegas com a mistura de millet e sirva com o molho de caril ainda morno.