

## ☐ Massa Rústica Cremosa de Batata e Cebola

*Um prato reconfortante que transforma ingredientes simples em uma experiência deliciosa e acolhedora!*

### ☐ Ingredientes Identificados:

- Batata - fresca
- Cebola - fresca
- Massa - seca
- Sal - tempero básico

☐ *Combinação perfeita para uma receita deliciosa!*

### ☐ Ingredientes da Receita (para 2 pessoas):

---

200g de massa curta (penne, fusilli ou espaguete quebrado)

2 batatas médias - cerca de 300g, descascadas e picadas em cubos pequenos

1 cebola grande - picada finamente

2 colheres de sopa de azeite de oliva extra virgem

Sal a gosto

Pimenta do reino moída na hora a gosto

Água - para cozinhar a massa e as batatas

☐ *Adicione alguns básicos da despensa quando necessário para realçar os sabores!*

### ☐☐ Modo de Preparo:

---

Preparo adaptado ao seu nível: Sei cozinhar

Comece cozinhando as batatas: Em uma panela média, coloque as batatas picadas e cubra com água. Adicione uma pitada de sal e cozinhe em fogo médio até que as batatas fiquem bem macias, mas ainda firmes o suficiente para serem amassadas. Escorra a água, reservando cerca de 1 xícara do líquido do cozimento. Amasse as batatas grosseiramente com um garfo, criando um purê rústico.

Enquanto as batatas cozinham, prepare a cebola: Em uma panela grande, aqueça o azeite em fogo médio. Adicione a cebola picada e refogue, mexendo ocasionalmente, até que fique translúcida e levemente dourada, o que deve levar uns 5 a 7 minutos.

Crie o molho cremoso: Junte o purê rústico de batatas à cebola refogada na panela grande. Misture bem. Adicione cerca de 1/2 xícara da água do cozimento das batatas (ou água normal) para ajudar a formar um molho cremoso. Tempere com sal e pimenta do reino a gosto. Mantenha em fogo baixo, mexendo ocasionalmente.

Cozinhe a massa: Em uma panela separada, ferva bastante água com sal. Adicione a massa e cozinhe de acordo com as instruções da embalagem até ficar al dente.

Finalize o prato: Escorra a massa e transfira-a diretamente para a panela com o molho de batata e cebola. Misture delicadamente para que a massa seja bem envolvida pelo molho. Se o molho estiver muito espesso, adicione um pouco mais da água do cozimento da massa ou da batata até atingir a consistência desejada. Sirva imediatamente.

## □ Tempo de Preparo

Até 1 hora

## □ Rendimento

Serve 2 pessoas

## □ Equipamentos

Você vai usar: Fogão, Duas panelas (uma média e uma grande), Escorredor, Garfo ou espremedor de batatas

## ⚠ Observações

Esta receita é adequada para suas restrições: Nenhuma

## □ Sugestões de Substituições Inteligentes

Se não tiver massa curta, pode usar espaguete quebrado ou talharim cortado em pedaços menores.

Para uma versão mais leve, use azeite com moderação ou um fio de óleo de coco para refogar a cebola.

Para intensificar o sabor, adicione um dente de alho picado junto com a cebola no início do refogado.

□ *Dica do Chef:* Para um toque extra de sabor e cremosidade (se tiver em casa e desejar), adicione uma colher de sopa de requeijão ou queijo cremoso ao purê de batatas no final do preparo do molho. Fica divino!