



# Poke bowl com chips de batata doce



Categoria  
Saladas



Tempo de preparação  
Rápido



Dificuldade  
Médio



Custo  
Elevado



Com quem?  
Com amigos



Nº de pessoas  
4 pessoas

## Ingredientes

100ml Gallo Azeite Extra  
Virgem Clássico

25ml Gallo Vinagre  
Balsâmico de Modena

- 200g de batata doce frita
- 400g de atum fresco
- 400g de arroz cozido
- 250g de abóbora
- 1 pepino
- 1 cenoura
- 1 courgette
- 1 abacate
- 50g caju
- QB sal, pimenta e sementes de sésamo

## Modo de preparação

1

Comece por cortar a abóbora em pequenos cubos, temperando com sal, pimenta, o Gallo Azeite Extra Virgem Clássico e o Gallo Vinagre Balsâmico de Modena, e leve ao forno durante 25 minutos a 180°C.

2

Ao mesmo tempo, vá preparando as chips de batata doce.

3

Entretanto, utilize um espiralizador para fazer esparguete do pepino e da courgette, reservando.

4

Lamine a cenoura e o abacate.

5

Numa taça, coloque o arroz, por cima o atum cortado em cubos, os legumes alternados e as chips de batata doce.

6

Finalize com caju por cima e regue tudo com Azeite Extra Virgem Clássico.

## Produtos utilizados



*Clássico*  
Azeite Virgem Extra



*Balsâmico de Modena*  
Vinagre

## Veja também

---

 Saladas  Médio  Fácil

*Salada de pêsego, rúcula, burrata e presunto crocante*

---

 Saladas  Rápido  Fácil

*Salada de queijo e romã*

---

 Saladas  Médio  Médio

*Salada de Verão*

---

 Saladas  Médio  Médio

*Salada quente de abóbora, rúcula e feta*

---

 Saladas  Médio  Fácil

*Quinoa com frango, azeitonas, pimentos assados e curgete*

---



Mais receitas em

[www.galloportugal.com](http://www.galloportugal.com)

© 2022 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide