



PRATO PRINCIPAL ♦ VEGETARIANO

Molho de Shitake

Um molho de massa cremoso e reconfortante, onde o Cogumelo Shiitake King Funghi desidratado hidrata dentro do próprio creme de leite, liberando aroma e sabor aos poucos. A cebola bem dourada em fogo baixo é o segredo por trás da profundidade desse molho simples, que transforma qualquer massa numa refeição de domingo em qualquer dia da semana.

Contém: glúten (massa) e laticínios (creme de leite). Verifique a tolerância antes de servir.

DIFICULDADE	PORÇÕES	TEMPO TOTAL	GRUPO ALIMENTAR
Fácil	2 pessoas	40 min	Vegetariano

UTENSÍLIOS NECESSÁRIOS

Panela pequena · Panela para a massa · Uma boa faca · Tábua de corte

INGREDIENTES

Cogumelo Shiitake Desidratado King Funghi	25 g
Creme de leite fresco	400 ml (2 xícaras)
Cebola picada	1 unidade pequena
Manteiga sem sal	1 col. sobremesa
Massa (fettuccine ou de sua preferência)	100 g
Sal	a gosto
Queijo parmesão ralado	para acompanhar

MODO DE PREPARO

1. Hidratar o Cogumelo Shiitake Desidratado King Funghi em água quente por 10 minutos. Escorrer, reservando a água da hidratação, e colocar os cogumelos dentro do creme de leite. Reservar.
2. Picar a cebola bem fina. Numa panela, derreter a manteiga e refogar a cebola com uma pitada de sal em fogo baixo-médio, até dourar levemente, cerca de 15 a 20 minutos.
3. Adicionar o creme de leite com o Shiitake à panela da cebola, misturar e cozinhar em fogo baixo-médio por 15 minutos. Juntar meia concha da água reservada da hidratação e cozinhar por mais 10 a 15 minutos.
4. Enquanto o molho cozinha, cozinhar a massa em água fervente com sal, conforme instrução da embalagem, até al dente. Escorrer.
5. Misturar a massa ao molho e servir com parmesão ralado à parte.

EMPRATAMENTO E FINALIZAÇÃO

Servir a massa já misturada ao molho, com o parmesão à parte para cada um se servir à vontade. Uma pitada de pimenta-do-reino moída na hora e salsinha picada completam bem o prato.

DICAS DA KING FUNGHI

- Cebola bem dourada é a base do sabor: não pule os 15 a 20 minutos de cozimento lento, é o que dá profundidade ao molho.
- Guarde a água da hidratação: ela concentra o sabor do Shiitake, não descarte.
- Molho rende para congelar: prepare o dobro da receita e congele em porções para o dia a dia.
- Versão King Funghi: finalize com Cogumelo Shiitake King Funghi fresco fatiado e levemente salteado por cima, para textura contrastante com o molho cremoso.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Nutriente	Valor
Valor energético	520 kcal / 2.176 kJ
Carboidratos	42 g
dos quais açúcares	4 g
Proteínas	10 g
Gorduras totais	34 g
gorduras saturadas	20 g
Fibra alimentar	2 g
Sódio	≈ 320 mg *

** Valores estimados com base na Tabela TACO (UNICAMP) e TBCA (USP). O teor de sódio varia conforme o sal adicionado no preparo. Esta tabela tem fins informativos e não substitui análise laboratorial.*