

Canapés

CANNELLONI DE COURGETE COURGETTE CANNELLONI

Fotos | Photos: Nuno Campos
Chef: Boris Schijvens

PARA 4 PESSOAS

INGREDIENTES

1 cebola pequena finamente picada • Azeite • 1 dente de alho esmagado • 225g de tomate picado em lata • 1 colher de sopa de ervas italianas • 2 courgetes grandes • 125g de queijo mascarpone • Palitos de cocktail

PREPARAÇÃO

Pré-aqueça o grelhador no máximo • Frite ligeiramente as cebolas, num tacho pequeno, num pouco de azeite até ficarem suaves • Adicione o alho e frite por alguns minutos • Adicione os tomates e o tempero e deixe levantar fervura • Reduza o lume e deixe ferver, destapado, por 30 minutos até a mistura ficar uma pasta grossa • Corte as extremidades das courgetes e corte-as no sentido do comprimento em tiras de ½ cm • Forre o tabuleiro do grelhador com folha de alumínio, pincele com um pouco de azeite e grelhe • Volte as fatias e repita • Reserve para arrefecer • Para fazer os canapés, espalhe em cada fatia de courgete uma colher de sopa de mascarpone • Por cima, coloque uma camada de molho de tomate, enrole a fatia e prenda com um palito de cocktail



SERVES 4

INGREDIENTS

1 small onion, finely chopped • Olive oil • 1 clove garlic, crushed • 225g tin chopped tomatoes • 1 tablespoon Italian herbs • 2 large courgettes • 125g mascarpone cheese • Cocktail sticks

METHOD

Preheat the grill on full heat • Fry the onions gently in a small saucepan in little olive oil till soft • Add the garlic and fry for a few minutes • Add the tomatoes and seasoning and bring to the boil • Reduce heat and simmer, uncovered, for 30 minutes until the mixture becomes a thick pulp • Top and tail the courgettes and cut lengthways into ½cm slices • Line the grill tray with foil and brush with olive oil • Lay the courgettes slices on the tray, brush with a little olive oil and grill • Turn slices over and repeat, set aside until cool • To make the canapés spread each courgette slice with 1 tablespoon of mascarpone • Top with a layer of tomato sauce, then roll the slice up and secure with a cocktail stick