

### Modo de Preparo

camadas intercalando o angú com o recheio.  
Servir na hora ou esquentar depois no forno.

\*Caldo de legumes e ervas: aqui podemos usar todas as sobras de legumes e ervas. Colocar água para ferver e acrescentar, por exemplo: cebola (casca ou sobras), alho, cenoura, cheiro verde, coentro, alecrim, louro etc



**FAZENDA  
BANANAL**

Paraty - Brasil



**FAZENDA  
BANANAL**  
Paraty - Brasil

## ANGÚ RECHEADO COM CHICÓRIA

---

### Ingredientes (Angú)

- 2 litros de água
- 2 litros de água ou caldo de legumes e ervas\*
- 400 g de fubá 3 colheres de sopa de manteiga
- Sal e pimenta

### Ingredientes (Chicória)

- 2 maços de chicória cortada grosseiramente
- 2 col sopa de azeite ou óleo
- 500g bacon em cubinhos opcional
- Sal e pimenta
- 1 cebola cortada em cubinhos

- 5 dentes de alho picadinhos
- 3 tomates em cubos médios sem sementes
- Cheiro verde

### Modo de Preparo

Cozinhar a chicória rapidamente em água fervendo. Escorrer e reservar. Fritar o bacon e reservar. Caso não for usar bacon, passe direto para o próximo passo. Refogar a cebola no azeite e em seguida acrescentar o alho e juntar o tomate e refogar mais um pouquinho. Acrescentar a chicória ao refogado e juntar ao mesmo o bacon que já foi frito. Colocar sal e pimenta. Untar com azeite ou óleo um pires ou tigela e formar

