

INGREDIENTES

- polpa fresca de 4 cocos verdes (carne de coco)
- 1 maço de coentro
- 1 cebola roxa média fatiada
- 4 colheres de sopa de azeite
- sumo de 4 limões
- sal marinho
- 1 colher de chá de gengibre ralado
- ½ manga fatiada (não pode estar muito madura)
- ½ pimenta dedo-de-moça (pode tirar o caroço para diminuir o ardor)
- 2 colheres de sopa de semente de girassol
- 4 colheres de sopa de água de coco (opcional)
- pedacinhos de alga nori (bem pequenos | opcional)

MODO DE PREPARO

- Retire a água dos cocos e abra-os com a ajuda de uma faca grande (em barracas que vendem a água do coco, eles fornecem o coco já aberto, gratuitamente ou por uma pequena quantia).
 - Retire a carne do coco, fatie e coloque em um recipiente com água - reserve (é importante que seja consumido logo pois a carne do coco oxida com facilidade).
 - Fatie a manga e as cebolas, pique o coentro e prepare a marinada.
 - Em um recipiente, misture a pimenta, a cebola, o azeite de oliva, o gengibre, a água de coco e o suco de limão.
 - Junte o coco e os demais ingredientes e tempere com sal.
 - Deixe marinar por uns 30 minutos e sirva.
 - Se quiser, adicione as sementes de girassol somente ao servir para que mantenham a crocância.
 - Dica:
 - essa receita pode ser feita com cogumelos. Fica excelente também!
-