

CHAMUÇAS DE CARNE



CONFEÇÃO

1. Corte a carne em cubos, coloque-a na taça equipada com a lâmina picadora e pique na velocidade 12 durante 10 seg. Reserve.
2. Descasque as cenouras, alho e cebola e corte em cubos. Coloque na taça com a lâmina picadora e misture na velocidade 11 durante 30 seg. Substitua a lâmina pelo acessório misturador. Junte o azeite e as especiarias e seleccione o programa P1 de cozedura lenta a 130 °C durante 5 min. sem a tampa de regulação de vapor. Junte a carne e o caldo, tempere com sal e pimenta e seleccione o programa P1 de cozedura lenta a 130 °C durante 12 min.
3. Divida cada folha de massa filo em 4 tiras. Coloque um pequeno monte de recheio numa das pontas. Dobre para formar um triângulo e volte a dobrar até à ponta da tira. Sele com um pouco de clara de ovo. Repita esta operação.
4. Cozinhe durante 5 min. numa frigideira em lume forte com um pouco de óleo ou leve ao forno durante 15 min. a 150 °C (T. 5). Sirva.

INGREDIENTES

- 250 G CARNE DE VACA
- 250 G CENOURAS
- 1 DENTE DE ALHO
- 1 CEBOLA
- 5 CL AZEITE
- 1 C. DE CHÁ DE PIMENTÃO DOCE
- 1 C. DE CÁ DE COMINHOS
- 1 C. DE CHÁ DE COENTROS EM PÓ
- 10 CL CALDO DE CARNE
- 6 FOLHAS DE MASSA FILO
- SAL
- PIMENTA
- 2 CLARAS DE OVO