Vegetarianas

"BOLONHESA" DE COGUMELOS E NOZES

Receita de Fã
Fácil
40 Min.
2-3 Doses

INGREDIENTES

- 180 G DE COGUMELOS PORTOBELLO
- 60 G DE NOZES
- 1 CEBOLA
- 3 DENTES DE ALHO
- 2 TOMATES
- 2 C. SOPA DE POLPA DE TOMATE
- 1 C. SOPA DE VINAGRE DE SIDRA
- 1 C. SOPA DE ORÉGÃOS SECOS
- 1. C. SOPA DE MANJERICÃO SECO
- 1 C. SOPA DE COMINHOS EM PÓ
- VINHO BRANCO Q. B.
- AZEITE Q.B.
- SAL E PIMENTA Q.B.

CONFEÇÃO

1. Coloque o acessório picador. Deite na taça a cebola e os alhos e programe vel. 12, durante 15 segundos.
2. Retire o acessório picador e substitua pelo acessório misturador.
3. Junte o azeite e seleccione o programa cozedura lenta P1.
4. Adicione os cogumelos cortados em tiras finas e seleccione vel. 2, 130º C, 8 minutos. Verifique se a água dos cogumelos evaporou quase toda. Se achar necessário, programe mais uns minutos.
5. Adicione as especiarias, sal, pimenta, vinho branco e polpa de tomate. Envolva bem nos cogumelos. Adicione agora os tomates cortados em pedaços. Misture novamente os ingredientes e programe vel. 2, 130º C, 20 minutos.
6. Junte as nozes partidas aos pedaços pequenos e programe vel. 2, 130º C, 7 minutos.
7. Sirva com esparguete ou outra massa a gosto.
9. Receita adaptada à CC a partir de "Cocoon Cooks" (http://www.cocooncooks.com/blog-pt/bolonhesa-cogumelos-nozes?rq=cogumelos)