Carne

BORREGO COM LEGUMES FRESCOS

Receita Oficial
Fácil
105 Min.
4 Doses

INGREDIENTES

- 800 G BORREGO
- 60 G CEBOLAS
- 3 C. DE SOPA DE AZEITE
- 40 CL CALDO DE CARNE
- 250 G CENOURAS
- 100 G FAVAS OU ERVILHAS FRESCAS
- 50 G AIPO
- 1 C. DE CHÁ DE FARINHA
- SAL

CONFEÇÃO

1. Corte a carne em pedaços. Coloque a carne, o azeite e o sal na taça com o acessório misturador e seleccione o programa P1 de cozedura lenta a 130 ºC durante 5 min. Descasque e corte as cenouras e o aipo às rodelas.

2. No final do programa, polvilhe o borrego com a farinha e junte as cebolas, as cenouras, o aipo e o caldo de carne. Seleccione o programa P2 de cozedura lenta a 95 ºC durante 1h10.

3. Em seguida, junte as favas ou as ervilhas e volte a seleccionar o programa P2 de cozedura lenta durante 20 min.

4. Após a cozedura, sirva de imediato.