Carne

ESPARGUETE DE CARIL SALTEADA COM TIRAS DE PERÚ

Receita de Fã
Fácil
30 Min.
2-3 Doses

INGREDIENTES

- 180G DE ESPARGUETE
- 1 LITRO DE ÁGUA
- 1 CL.CAFÉ DE CARIL
- 3 BIFES DE PERÚ CORTADOS EM TIRAS
- 1 CEBOLA
- 2 DENTES DE ALHO
- 40ML DE AZEITE
- SALSA PICADA
- SAL
- SUMO DE LIMÃO
- TOMILHO

CONFEÇÃO

1. Acessório misturador:
2. colocar na taça a água, o esparguete, o caril e temperar com sal. Ao mesmo tempo forrar o cesto do vapor com papel vegetal, adicionar o perú em tiras e temperar com sal, sumo de limão e tomilho. Colocar o cesto por cima da taça - seleccionar o programa Slow cook P1 durante 9 minutos (ou o tempo indicado na embalagem da massa).
3. No fim do programa retirar o cesto, escorrer a esparguete e reservar. Secar a taça.
4. Trocar para a lâmina picadora e adicionar a cebola e os dentes de alho - vel.12, 15 segundos.
5. Trocar novamente para a lâmina misturadora, adicionar o azeite, colocar novamente o cesto com o perú por cima e seleccionar slow cook P1. Quando faltarem 2 minutos, adicionar o esparguete à taça e deixar o programa continuar. Quando terminar, adicionar o perú à massa, misturar ligeiramente com a ajuda da espátula e seleccionar novamente o programa slow cook P1.
6. Retirar a massa e polvilhar com salsa picada.