

GUISADO DE VITELA



CONFEÇÃO

1. Corte a carne em pedaços. Descasque os legumes. Corte as cenouras às rodelas, os cogumelos e cebolas em quatro.
2. Coloque a cebola e o azeite na taça e seleccione o programa de vapor P1 a 130 °C durante 3 min.
3. Junte a carne envolvida na farinha, o ramo de ervas aromáticas, as cenouras, o aipo e o caldo. Tempere com sal e pimenta e seleccione o programa P2 de cozedura lenta a 100 °C durante 30 min. No final do programa, junte os cogumelos e volte a seleccionar o programa de cozedura lenta P2 durante 30 min.
4. Após a cozedura, retire metade do caldo e misture as natas. Coloque a carne e os legumes num prato e cubra com o molho. Sirva de imediato.

INGREDIENTES

- 800 G VITELA (PÁ)
- 100 G COGUMELOS
- 200 G CENOURAS
- 30 G AIPO
- 50 G CEBOLAS
- 5 CL AZEITE
- 1 RAMO DE ERVAS AROMÁTICAS
- 20 G FARINHA
- 60 CL CALDO DE GALINHA
- 30 CL NATAS FRESCAS
- SAL
- PIMENTA