

STROGONOFF DE BERINGELA E COUVE



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. Entretanto, corte o tomate em cubos. No fim do programa P1 adicione o tomate e um pouco de água, e tempere com sal, manjeriço e pimenta. Seleccione o programa de cozedura lenta P1.

5. Corte as beringelas aos cubos e a couve em juliana. No fim do programa, adicione as beringelas e a couve e programe vel. 2, 130º durante 20 minutos.

6. No fim do programa, adicione as natas e envolva com a espátula. Programe vel. 2, 130ºC durante 2 minutos.

7. Sirva acompanhado com arroz.

INGREDIENTES

- 1 BERINGELA GRANDE
- 2 FOLHAS DE COUVE
- 2 TOMATES
- 1 CEBOLA
- 4 DENTES DE ALHO
- 100 ML DE NATAS VEGETAIS
- 2 FOLHAS DE MANJERICÃO
- ÁGUA Q.B.
- SAL E PIMENTA Q.B.
- AZEITE Q.B.