

BIFES DE PERÚ RECHEADOS ACOMPANHADOS DE PURÉ DE BATATA E LEGUMES



CONFEÇÃO

1. Colocar na taça, sem acessório, as batatas, as cenouras e os brócolos, cortados em cubos pequenos e cobrir com água temperada de sal.
2. Temperar os bifes com pimenta, sal, alho em pó e tomilho a gosto. Cobrir os bifes com as fatias de queijo e as folhas de espinafres. Dobrar os bifes no sentido do comprimento e fechar com uns palitos. Forrar o cesto metálico com papel vegetal e colocar os bifes dentro.
3. Programar steam p1/30 min.
4. Retirar os bifes do cesto e reservar. Coar os legumes e colocar o acessório batedor. Programar vel6/1min. A meio abrir a CC e com a espátula limpar as paredes da taça. Continuar o programa aumentando para a vel7.
5. Adicionar a manteiga, o leite e temperar a gosto com noz-moscada, pimenta e alho em pó. Programar vel6/1min.

INGREDIENTES

- 2 A 3 BIFES DE PERÚ
- 5 FATIAS DE QUEIJO
- 75G DE FOLHAS DE ESPINAFRES
- 250G DE BATATAS
- 100G DE CENOURAS
- 100G DE BRÓCOLOS
- 1 C. SOBREMESA DE MANTEIGA
- 4 C. SOPA DE LEITE
- SAL, PIMENTA, ALHO EM PÓ, TOMILHO E NOZ-MOSCADA QB