Receita de Fã Fácil 40 Min. 3-4 Doses

JARDINEIRA DE LULAS



INGREDIENTES

- -500 GR DE LULAS LIMPAS
- -500 GR BATATAS
- -2 CENOURAS
- -100 GR ERVILHAS
- -1 TOMATE
- -1 CEBOLA
- -2 DENTES DE ALHO
- -2 COLHERES DE SOPA DE POLPA DE TOMATE
- -2 COLHERES DE SOPA DE VINHO BRANCO
- -2 COLHERES DE SOPA DE AZEITE
- -SAL E PIMENTA
- -1 RAMO DE SALSA
- -AGUA Q.B

CONFEÇÃO

- 1. -Com a lâmina Ultrablade colocar a cebola em quartos e os alhos inteiro e fazer Pulse 10 segundos.
- 2. -Trocar para o acessório misturador, e colocar o tomate cortado em pedaços pequenos, o azeite e programar Slow cook 1.
- 3. -Colocar as lulas cortadas em pedaços e o vinho branco, temperar de sal e pimenta e prog. Vel.2/100º/25 min. (depende do tamanho das lulas e no final verificar sempre se estão tenras).
- 4. -Adicionar água até ficar um pouco acima das lulas e colocar as cenouras em rodelas e as ervilhas mesmo programa e velocidade mais 10 min. Verificar temperos.
- 5. -Adicionar por fim as batatas mais 10 minutos.
- 6. Quando terminar servir polvilhado com salsa picada