

ESPARGUETE DE COELHO À MINHA MODA



INGREDIENTES

- 1 COELHO
- 2 DENTES DE ALHO
- 1 CEBOLA MÉDIA
- 1 CENOURA MÉDIA
- 1 CALDO DE KNORR DE LEGUMES
- CHOURIÇO Q.B.
- SAL, ALHO EM PÓ & PIMENTA Q.B.
- 1 DECILITRO VINHO BRANCO
- AZEITE Q.B (ATÉ COBRIR O FUNDO DA TAÇA)
- 150 G DE POLPA DE TOMATE
- 1 FOLHA DE LOURO
- PIMENTO VERMELHO Q.B.
- 1 COLHER DE SOPA DE MASSA DE PIMENTÃO
- FEIJÃO BRANCO Q.B.
- 300 G DE ESPARGUETE
- PIRIPIRI E MOLHO INGLÊS Q.B.
- SALSA Q.B.
- QUEIJO PARMESÃO Q.B.
- AGUA Q .B

CONFEÇÃO

1. Comece por temperar o coelho cerca de 2h antes com o vinho, sal, pimenta, alho em pó, o piri-piri e o molho inglês e reserve.

2. Coloque na taça o acessório ultrablade e junte a cebola e o alho e dar uns toques de turbo durante cerca de 10 segundos, no fim com a ajuda da espátula rapar a cebola para o fundo.

3. Retirar o ultrablade e colocar o acessório misturador, acrescente o azeite e seleccione slow Cook P1/130°/5m, sem a tampinha.

4. Coloque o pimento vermelho e a polpa de tomate e vire apenas a calda do tempero do coelho na taça da CC, reservando o coelho e programe slow Cook P1/130°/5m, sem a tampinha.

5. Substitua o acessório misturador pelo ultrablade e seleccione o turbo durante 15s (este passo é opcional, eu não gosto de ver os pimentos por isso trituro).

6. Volte a colocar o acessório misturador e acrescente o coelho, o chouriço, a folha de louro, a massa de pimentão, a cenoura às rodelas e o caldo de legumes e programe slow Cook P1/130°/10m.

7. Adicione a água, até o coelho ficar coberto, verifique os temperos e caso seja necessário tempere a seu gosto e seleccione vel.2/120°/40m

8. Quando faltarem cerca 10 minutos (o tempo depende da massa escolhida, eu usei esparguete sem gluten) para acabar o programa acrescente o esparguete partido ao meio e o feijão, verifique os temperos e caso seja necessário acrescente um pouco de água.

9. Por fim sirva decorado com salsa e caso goste polvilhado com queijo parmesão

10. Receita inspirada de:
<http://donabimby.blogspot.fr/.../10/esparguete-com-frango.html>