

ALMÔNDEGAS DE FRANGO E CENOURA



INGREDIENTES

- 2 PEITOS DE FRANGO CORTADOS EM CUBOS
- 1/2 CENOURA DESCASCADA EM PEDAÇOS
- 1 DENTE DE ALHO
- 1 RAMINHO DE SALSA
- CERCA DE 3 C. SOPA DE PÃO RALADO + ALGUM
- 1 CEBOLA
- 1 FOLHA DE LOURO
- 1 FIO DE AZEITE
- (+-) 1 CHÁVENA DE CHÁ DE POLPA DE TOMATE
- (+-1/2 CHAVENA DE CHÁ DE VINHO BRANCO
- (+-)1/2 CHÁVENA DE CHÁ DE ÁGUA
- SAL, PIMENTA, PIRI-PIRI
- 1 CALDO DE CARNE

CONFEÇÃO

1. Colocar a lâmina ultrablade na taça, acrescentar a cenoura e dar uns toques de turbo. Juntar então a carne, o dente de alho e a salsa e triturar com o turbo.
2. Com a espátula puxar para baixo, temperar de sal, pimenta e piri-piri, umas colheres de sopa de pão ralado e dar mais uns toques de turbo. Retirar da taça, moldar bolinhas, tornar a passar em pão ralado e reservar.
4. Com a taça passada por água, e a ultrablade colocada, picar a cebola uns segundos no turbo. Mudar para a misturadora e acrescentar o azeite e o louro e programar SLOWCOOK P1 5min.
6. Juntar então a polpa de tomate, o caldo de carne, o vinho e a água e programar novamente SLOWCOOK P1 5min.
8. Colocar as almôndegas na taça e programar SLOWCOOK P2 95º 30min. Nos últimos 10min retirar a tampa de vapor para apurar o molho. Retificar temperos e servir com acompanhamento a gosto.