

LULAS EM MOLHO DE TOMATE



CONFEÇÃO

1. Na taça, com a lâmina ultrablade (que se mantem até ser referida a troca) e com a tampa de vapor regulada para o MIN, colocar as cebolas cortadas em pedaços (8 partes), os dentes de alho e o azeite. Picar, em velocidade 12, por 30 seg.
2. Com a espátula, puxar a cebola que se encontra nas paredes para baixo e selecionar Slow Cook P1.
3. Juntar os tomates e a salsa cortados grosseiramente e os temperos. Selecionar Slow Cook, P1.
4. Retirar a folha de loureiro e terminar com 1 minuto na velocidade 12. Com a espátula, puxar o molho que se encontra nas paredes para baixo.
5. Mudar para o acessório misturador e regular a tampa de vapor para o MAX. Colocar as lulas e selecionar Slowcook P3.
6. Verificar a quantidade de molho, juntando um pouco de água caso seja necessário. Selecionar, novamente, Slowcook P2.
7. Confirmar a cozedura. Servir.

INGREDIENTES

- 1,5 KG DE LULAS
- 2 CEBOLAS
- 4 DENTES DE ALHO
- 2 DL DE AZEITE
- 3 TOMATES GRANDES MADUROS (OU 1 LATA GRANDE DE TOMATE PELADO)
- 1 RAMINHO DE SALSA
- 1 FOLHA DE LOUREIRO
- 1 COLHER (CHÁ) DE AÇÚCAR
- SAL E PIMENTA Q.B.