

PERNA DE BORREGO EM COZEDURA LENTA



INGREDIENTES

- 1 CEBOLA
- 2 DENTES DE ALHO
- 1 COLHER DE SOPA DE AZEITE
- 1 COLHER DE SOPA DE FARINHA
- 4 X 250 G DE PERNA DE BORREGO
- 1 CENOURA
- 1 AIPO
- 150 G DE COGUMELOS
- 400 G TOMATES
- 60 ML DE CALDO DE CARNE
- SAL E PIMENTA
- 60 G DE SALSA
- BACON A GOSTO

CONFEÇÃO

1. Descasque a cebola e o alho e corte-os ao meio.

2. Na taça, equipada com a lâmina picadora, coloque a cebola e o alho. Pique na velocidade 12 durante 10 segundos.

3. Substitua a lâmina picadora pelo misturador. Adicione o azeite e o bacon na taça e selecione o programa P1 Cozedura Lenta à 130°C durante 5 min.

4. Num saco plástico, coloque a farinha e a carne de borrego e sacuda até a carne ficar totalmente coberta pela farinha. Descasque a cenoura e corte-a em rodelas finas.

5. Corte o aipo e os cogumelos em cubinhos. Coloque o borrego, a cenoura, o aipo, os cogumelos, o tomate cortado ao meio e o caldo na taça.

6. Selecione o programa P2 Cozedura Lenta à 95°C durante 2 horas.

7. Coloque o Borrego numa travessa, polvilhe com salsa e sirva com puré de batata.
