

ALMÔNDEGAS COM MOLHO DE TOMATE



INGREDIENTES

- PARA AS ALMÔNDEGAS:
- 500G CARNE DE VACA PICADA
- 1 PÃO PEQUENO
- 200 ML LEITE
- 2 DENTES DE ALHO
- 2 RAMOS DE SALSA (SÓ AS FOLHAS)
- 1 OVO
- PÃO RALADO Q.B.
- AZEITE Q.B.
- SAL E PIMENTA Q.B.
- PARA O MOLHO:
- 1 CEBOLA
- 2 DENTES DE ALHO
- 390G TOMATE EM PEDAÇOS
- 2 COLHERES DE SOPA DE CONCENTRADO DE TOMATE
- 50 ML VINHO BRANCO
- 200 ML ÁGUA
- 3 COLHERES DE SOPA DE AZEITE
- ERVAS AROMÁTICAS A GOSTO
- SAL E PIMENTA Q.B.

CONFEÇÃO

1. Parta o pão em pedaços pequenos e coloque numa tigela. Aqueça o leite no micro-ondas e deite sobre o pão, deixando embeber alguns minutos.
2. Na taça com a lâmina picadora, coloque a salsa e 2 dentes de alho e pique em Pulse durante 10 seg.
3. Adicione a carne picada, o pão bem espremido, e o ovo. Tempere com sal e pimenta. Misture na Vel. 9 durante 30 seg. Reserve.
4. Verifique a consistência: se estiver muito mole, acrescente um pouco de pão ralado e misture à mão até ter a consistência desejada.
5. Unte o cesto de cozedura a vapor com azeite.
6. Com as mãos untadas com azeite, forme pequenas bolinhas e coloque-as no cesto de cozedura a vapor. Reserve.
7. Lave e seque bem a taça da Companion.
8. Na taça com a lâmina picadora, coloque a cebola partida em quartos e os dentes de alho e pique 10 seg na Vel.11.
9. Substitua a lâmina picadora pelo acessório misturador. Cubra com azeite e refogue no Programa Slow Cook P1 a 130°C, durante 5 min.
10. Adicione o tomate em pedaços, o concentrado de tomate, o vinho e água e tempere a gosto com ervas aromáticas, sal e pimenta.
11. Coloque na taça o cesto de cozedura a vapor com as almôndegas e cozinhe durante 20 min, a 120°C, na Vel. 3.
12. Retire com cuidado e cesto de cozedura a vapor e reserve.

Retire o molho de tomate e reserve. Rectifique o tempero do molho, se necessário.

13. Passe a taça por água fria para arrefecer e substitua o eixo comum pelo acessório de fundo XL.

14. Adicione 3 colheres de sopa de azeite e as almôndegas reservadas e salteie a 150°C durante 5 min, sem tampa e mexendo sempre cuidadosamente com uma colher de pau para não pegar ao fundo.

15. Por fim, adicione o molho de tomate reservado e cozinhe as almôndegas no molho durante 10 min, a 95°C, sem velocidade.

16. Sirva acompanhado de esparguete cozido ou puré de batata.
