

GUISADO DE FRANGO BELGA



CONFEÇÃO

1. Descasque a cebola, o alho francês e o aipo e corte-os em pedaços. Descasque as cenouras e corte-as às rodelas. Coloque a cebola na taça com a lâmina picadora. Pique na velocidade 11 durante 10 seg.
2. Substitua a lâmina picadora pelo acessório misturador. Junte o azeite, o aipo, o vinho branco e o caldo, seleccione o programa P1 de cozedura lenta a 130 °C durante 5 min.
3. No final do programa, junte o frango, as cenouras, o alho francês, a folha de louro e o tomilho e tempere com sal. Seleccione o programa P2 de cozedura lenta a 95 °C durante 45 min.
4. No final do programa, escorra a carne e os legumes e coloque-os numa travessa. Junte as natas batidas com a gema no restante suco. Misture na velocidade 6 durante 2 min. e regue a carne e os legumes com o molho. Sirva de imediato com os raminhos de estragão.

INGREDIENTES

- 750 G COXAS FRANGO
- 1 CEBOLA
- 200 G CENOURAS
- 200 G ALHO FRANCÊS
- 50 G AIPO
- 2 C. DE SOPA DE AZEITE
- 20 CL VINHO BRANCO SECO
- 20 CL CALDO DE GALINHA
- 1 FOLHA DE LOURO
- 1 RAMINHO DE TOMILHO
- 15 CL NATAS
- 1 GEMA DE OVO
- 10 RAMINHOS DE ESTRAGÃO
- SAL