

FRANGO COM ESPARGUETE

CONFEÇÃO



INGREDIENTES

- 600 GR DE FRANGO CORTADO EM PEDAÇOS
- 250 GR DE ESPARGUETE
- 2 CENOURAS CORTADAS ÀS RODELAS
- 1 TOMATE PELADO
- 1 CEBOLA
- 3 DENTES DE ALHO
- 1 CALDO DE GALINHA
- 1 FOLHA DE LOURO
- 3 C.S. DE CONCENTRADO DE TOMATE
- 600 ML DE ÁGUA
- SAL E PIMENTA QB

1. Com a lâmina picadora pique a cebola e os dentes de alho na velocidade 11, durante 15 seg.

2. Troque para o acessório misturador e raspe as paredes da taça. Coloque as cenouras, o tomate cortado aos pedaços, o louro e o azeite e refogue o P1 Cozedura Lenta.

3. Depois adicione o frango e aloure novamente no P1 por mais 5 min.

4. De seguida acrescente a água, o caldo de galinha, a polpa de tomate, sal e pimenta a gosto e programe no P2 Cozedura Lenta a 100 graus durante 10 min.

5. No final introduza o esparguete pelo orifício da tampa e programe novamente no P2, 100 graus durante 12 min. Vá ajudando o esparguete a descer com a tampa reguladora de vapor.
