Peixe e Marisco

POTAS EM MOLHO DE MOSTARDA

Receita de Fã
Fácil
55 Min.
4-6 Doses

INGREDIENTES

- • 1 CEBOLA MÉDIA
- • 2 DENTES DE ALHO
- • 2 C. SOPA DE AZEITE
- • 200ML POLPA DE TOMATE
- • 100ML CERVEJA
- • 40GR MOSTARDA
- • 1 IOGURTE NATURAL
- • 1KG TIRAS DE POTAS CORTADAS EM CUBINHOS PEQUENOS
- • SAL Q.B.
- • PIMENTA Q.B.

CONFEÇÃO

1. Picar a cebola e o alho com a lâmina picadora 15seg/vel.12, com a espátula puxar os ingredientes das paredes do copo para o fundo e voltar a picar 10seg/vel.12;
2. - Adicionar o azeite e programar P1 slow cook 10min sem tampa;
3. - Adicionar a polpa de tomate e programar P1 slow cook;
4. - Adicionar a cerveja, sal, pimenta e a pota previamente cortada em cubos pequenos e programar P3 slow cook 30min com a tampa regulada para manter pouco vapor na taça;
5. - Adicionar o iogurte e a mostarda e programar P1 slow cook 10min sem tampa (se desejar o molho mais espesso repita este passo).