Panela de Vapor

Receita Oficial
Fácil
80 Min.
6 Doses

TAMBORIL À AMERICANA, ALHO FRANCÊS E BATATAS AO VAPOR

INGREDIENTES

- 4 FILETES DE TAMBORIL (1.2 KG)
- 12 LAGOSTINS
- 2 CHALOTAS
- 1 CENOURA
- 3 DENTES DE ALHO
- 2 ALHOS FRANCESES
- 40 G COGNAC
- 3 RAMO DE FUNCHO
- 700 G BATATAS
- 2 C. S. DE FÉCULA DE MILHO
- 100 G NATAS
- 30 G CONCENTRADO DE TOMATE
- 1 PITADA DE PIMENTA DE CAIENA
- SAL
- PIMENTA

CONFEÇÃO

1. Descasque os 12 lagostins. Descasque a cenoura, as chalotas e os dentes de alho.

2. Na taça do robot, deite as cabeças e as cascas de lagostins, a chalota cortada ao meio, o alho, a cenoura cortada grosseiramente, o cognac, a parte verde dos alhos franceses e 1,2 L de água. Tempere com pimenta e inicie a cozedura sem velocidade a 110ºC durante 30 min.

4. Prato principal

5. Descasque e corte as batatas em cubos grandes e deite-as no cesto de vapor. Lave e corte a parte branca dos alhos franceses em rodelas finas e coloque-as na cuba de vapor com os ramos de funcho. Coloque os 4 filetes de tamboril no tabuleiro de vapor superior e tempere com sal.

6. Decorridos 30 min, filtre a preparação da taça e conserve apenas o suco. Esmague as cabeças dos lagostins com uma concha para extrair o suco. Lave a taça e coloque o acessório misturador. Adicione 80 cl de caldo dos lagostins.

7. Coloque o cesto de vapor com as batatas e feche a tampa. Coloque a paenla de vapor com o alho francês e por fim coloque o tabuleiro de vapor superior com os filetes de tamboril. Inicie a cozedura na velocidade 3 a 120ºC durante 30 min.

8. Quando ouvir o sinal sonoro, junte os 12 lagostins descascados ao lado do tamboril e prolongue a cozedura por mais 3 min a 120ºC na velocidade 3.

9. Quando os lagostins estiverem cozidos, coloque a panela de vapor de lado, assim como o cesto de vapor enquanto termina a preparação do molho.

10. Filtre novamente o caldo de lagostim e lave a taça com água fria. Na taça, com o acessório misturador, deite a fécula de milho diluída em 2 c.s. de água, as natas, o concentrado de tomate, a pimenta de cainea e 35 cl de caldo de lagostim filtrado. Selecione o programa molhos na velocidade 6 a 90ºC durante 8 min. Sirva de imediato.