

COELHO EM VINHO DO PORTO E LEGUMES



INGREDIENTES

- 1 COELHO
- 1 CEBOLA MÉDIA
- 3/4 DENTES DE ALHO
- 250ML DE VINHO DO PORTO
- 50ML DE AZEITE
- 2 FOLHAS DE LOURO
- 5/6 PÃES (PARA TORRAR EM FATIAS)
- COENTROS Q.B.
- SAL, PIMENTA PRETA, PIMENTÃO DOCE Q.B.
- 150GR DE ERVILHAS(CONGELADAS)
- 150GR DE COUVE DE BRUXELAS (CONGELADAS)
- 150GR DE CENOURAS BABY (CONGELADAS)

CONFEÇÃO

1. Partir o coelho em pedaços, tempera lo com os alhos com casca partidos. as folhas de louro, o vinho do Porto, sal , pimenta e o pimentão doce. Ficar a marinar 30/35minutos.
2. Colocar a cebola já descascada e cortada em 4 na taça com lamina picadora, junta se o azeite e pica se 10 segundos na vel10. Com a ajuda da espátula passa se a toda a volta da taça. Trocar para o acessório misturador . Programa se Slow Cook P1 5minutos.
3. Adiciona se o coelho já marinado ao refogado e no cesto adiciona se os legumes congelados.
4. Programa se Slow Cook P2 a 100º aproximadamente 35/45minutos. (Até se verificar que o coelho e os legumes estão cozidos). Reveja temperos.
5. Entretanto pode se fatiar o pão e torra lo.
6. Dispõe se o pão á volta de uma travessa e no meio dispõe se o coelho.
7. Os legumes podem juntar ao coelho ou então servi los no prato . (eu coloquei os legumes numa taça em barro para os moldar).
8. Colocar os coentros picados por cima do coelho.
9. Espero que goste. (o vinho do porto vai dar um gostinho docinho ao coelho)
10. Bom apetite !