

Fricassé de novilho

Chefe Hernâni Ermida

INGREDIENTES

1 embalagem de jardineira de novilho
1 cebola
2 cenouras
1 lata de cogumelos
150 g de ervilhas
2 dl. Azeite Truncado
1 dl de vinho branco
1 gema de ovo
1 dl de natas para culinária
1 limão
6 dl de água
1 colher (sopa) de farinha
Sal Marinho Rui Simeão
Pimenta preta moída



PREPARAÇÃO

Coloque a carne a demolhar em água fria durante 20 minutos e escorra-a bem.
Entretanto, descasque a cebola, pique-a e deite-a para um tacho.
Junte o azeite, leve ao lume e deixe cozinhar até a cebola ficar macia.
Adicione a carne e deixe-a cozinhar até ficar dourada.
Acrescente o vinho, mexa e deixe cozinhar durante cerca de 5 minutos.
Descasque as cenouras, corte-as em rodela e junte-as à carne.
Adicione a água e tempere com sal e pimenta.
Tape e deixe cozinhar em lume brando até a carne ficar tenra.
Dissolva a farinha em 5 colheres de água e junte-a à carne, assim como as ervilhas e os cogumelos escorridos.
Misture e deixe cozinhar durante mais 5 minutos.
Junte a gema de ovo e as natas, o sumo de limão e regue a carne com este preparado, mexendo sempre até fe.
Sirva quente com um acompanhamento à escolha.



Alberto Ramos Moreira

935 626 736

a.t.moreira.email@sapo.pt