

Medalhões de porco com molho de frutos silvestres

Chefe Silva

INGREDIENTES

1 lombinho de porco
3 dentes de alho
Pimenta q.b.
Tomilho q.b.
2 colheres (sopa) de azeite Quinta do Peto
200 g de mistura de frutos silvestres frescos
Sal Marinho Rui Simeão



PREPARAÇÃO

Arranje o lombinho de porco, retirando-lhe a gordura, e corte-o em medalhões.

Descasque os dentes de alho e pique-os finamente. Tempere os medalhões com os dentes de alho, sal marinho, pimenta e tomilho.

Aqueça o azeite numa frigideira e core os medalhões de ambos os lados. Junte depois os frutos e deixe cozinhar durante mais 3 minutos em lume vivo, mexendo de vez em quando. Retire do lume e sirva.



Alberto Ramos Moreira

935 626 736

a.t.moreira.email@sapo.pt