

Vitelão estufado com legumes

Chefe Hernâni Ermida

INGREDIENTES

800g de carne de vitelão para estufar
1kg de batatas
1 cenoura
200g de ervilhas
2 cebolas
3 dentes de alho
1 folha de louro
3 dl de vinho branco
1 dl de azeite
1 raminho de salsa picada
Sal Marinho
Pimenta acabada de moer



Chef Hernâni Ermida
A vida com mais sabor



PREPARAÇÃO

Corte a carne em pedaços e deite-a para um tacho

Descasque a cebolas e os alhos, corte a cebola em meias luas finas e pique os alhos

Junte à carne a cebola, os alhos, o louro, o azeite e o vinho (misture tudo)

Tempere com pouco sal e pimenta, tape e leve ao lume

Deixe cozinhar durante 15 minutos, depois baixe o lume para o mínimo e deixe cozinhar até a carne ficar bem tenra (se verificar que necessita de mais molho junte água aos poucos)

Descasque as cenouras e as batatas e corte a cenoura em palitos

Leve ao lume um tacho com água, deixe ferver, junte a cenoura e deixe cozer 5 minutos

Depois junte as ervilhas, deixe cozer mais 8 minutos e escorra

Junte a carne

Lave as batatas e corte-as ao meio

Leve-as a cozer em água a ferver, temperada com sal, durante 20 minutos depois escorra

Ligue o forno a 200°, deite a carne para um prato de forno e junte os legumes (polvilhe com salsa picada)

Deite a batata para o passe-vite e rale a batata para cima da carne

Depois leve ao forno até a batata ficar douradinha, retire e sirva quente