



Pratos Principais

Pratos de Carne

Veado com Molho de Chocolate, Puré de Batata e Aipo

35 min.

Fácil

Caro

4 doses

Ingredientes

1 lombo de veado
50 g de Chocolate Preto 53% NESTLÉ Sobremesas
azeite q.b.
125 g de puré de batata instantâneo
1 aipo
leite q.b.
1 dente de alho
1 raminho de tomilho
sal marinho q.b.
pimenta preta de moinho q.b.

Informação nutricional

Energia	511,8 kcal	26%*
Proteínas	75,1 g	150%*
Lípidos	14,1 g	20%*
Hidratos de Carbono	16,5 g	6%*

*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

Preparação

- 1 Descasque o bolbo de aipo e corte em cubos.
- 2 Coza em leite temperado com um alho esmagado, tomilho e sal, até estar bem tenro.
- 3 Triture até fazer um puré, aproveitando só um pouco do leite da cozedura e retirando o alho e o raminho de tomilho.
- 4 Faça uma saqueta de puré de batata segundo as instruções e acrescente o puré de aipo.

- 5 Corrija os temperos.
- 6 Salteie o veado numa frigideira com um fio de azeite bem quente.
- 7 Retire a peça de veado e aproveite os sucos que ficaram na frigideira, acrescente um pouco de água e deixe levantar fervura.
- 8 Leve o veado 6 minutos ao forno pré-aquecido a 160°C.
- 9 Acrescente manteiga na frigideira com o molho do veado e ligue com o chocolate.
- 10 Deixe descansar o lombinho de veado e fatie-o. Sirva com o puré