

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 160ºC.

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