

Pratos Principais | Pratos de Carne

Costeletas de Porco à Salsicheiro

30 min. | Fácil | Económico | 4 doses

Ingredientes

4 costeletas de porco
2 c. de sopa de margarina
1 c. de sopa rasa de farinha
1,5 dl de vinho branco
1 cebola
1 c. de sopa de pickles
1 c. de sopa de molho de mostarda
1 cubo de MAGGI Caldo de Carne

Informação nutricional

Energia	288,9 kcal	14%*
Proteínas	20,4 g	41%*
Lípidos	21,3 g	30%*
Hidratos de Carbono	3,2 g	1%*

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

Preparação

1. Aloure a cebola picada com uma colher de margarina.
2. Polvilhe com a farinha e regue com o vinho em igual porção de água.
3. Ao ferver tempere com o cubo de carne MAGGI e deixe cozer.
4. Disponha na travessa as costeletas, já alouradas na restante gordura.
5. Junte ao molho a mostarda, os pickles e a pimenta.

6 Deite-o sobre as costeletas.

7 Acompanhe com puré de batata.