

Pratos Principais | Pratos de Carne

Laçarotes com Vitela e Cogumelos

25 min. | Fácil | Moderado | 4 doses

Ingredientes

400 g de laçarotes (massa)
300 ml de leite evaporado
1 0 bife de vitela (da vazia)
120 g de cogumelos frescos laminados
100 g de tomate cereja
2 c. de sopa de molho inglês
0 azeite q.b.
0 sal q.b.

Informação nutricional

Energia	554,8 kcal	28%*
Proteínas	25,1 g	50%*
Lípidos	14,4 g	21%*
Hidratos de Carbono	80,1 g	31%*

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

Preparação

1. Começar por cozer a massa, de acordo com as instruções da embalagem.
2. Entretanto, cortar o bife em tiras e saltear numa frigideira grande com azeite bem quente. Retirar e reservar.
3. Juntar os cogumelos laminados e o tomate cortado a meio. Deixar saltear até estarem cozidos.
4. Juntar de novo a carne, o leite evaporado e o molho inglês. Juntar a massa cozida e escorrida e deixar envolver bem. Retificar temperos e servir de imeadiato.