

Pratos Principais | Pratos de Carne

Lombo de Porco com Castanhas e Molho Cremoso

70 min. | Fácil | Económico | 6 doses

Ingredientes

800 g de lombo de porco
azeite q.b.
sal q.b.
1 ramo de alecrim
1 cebola
500 g de castanhas congeladas
1 vagem de baunilha
2 folhas de louro
800 ml de leite
400 g de queijo creme

Informação nutricional

Energia	637,5 kcal	32%*
Proteínas	43,3 g	87%*
Lípidos	29,2 g	42%*
Hidratos de Carbono	50,1 g	19%*

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

Preparação

1. Começar por cozer as castanhas em água com sal, louro a vagem baunilha aberta ao meio. Assim que estiverem cozidas, escorrer e reservar.
2. Num tacho, dourar o lombo em azeite com o ramo alecrim e temperado com sal.
3. Juntar a cebola em meias luas e deixar saltear.
4. Cobrir com leite e deixar cozer 1 hora em lume médio, sempre a ferver.

5 No fim, retirar lombo, acrescentar queijo e mexer.

6 Coar o molho e cobrir o lombo de porco fatiado, acrescentando as castanhas.