



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

<b>Energia</b>	637,5 kcal	32%*
<b>Proteínas</b>	43,3 g	87%*
<b>Lípidos</b>	29,2 g	42%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	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.