



Pratos Principais Pratos de Carne

Lombo de Porco com Castanhas e Molho Cremoso

③ 70 min.

Fácil

€ Económico

X 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

- Começar por cozer as castanhas em água com sal, louro a vagem baunilha aberta ao meio. Assim que estiverem cozidas, escorrer e reservar.
- Num tacho, dourar o lombo em azeite com o ramo alecrim e temperado com sal.
- Juntar a cebola em meias luas e deixar saltear.
- 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.