



Receitas em vídeo Pratos Principais

Francesinha

A Francesinha é um ícone da gastronomia portuguesa que dispensa apresentações. Originária do Porto, a Francesinha é uma sanduíche rica e saborosa, que combina pão, carnes, salsichas, fiambre e queijo, tudo envolto num molho especial à base de cerveja. Se procura uma experiência gastronómica autêntica e memorável, a Francesinha é uma escolha obrigatória!

© 50 min.

Fácil

€ Económico

X 4 doses

Ingredientes

azeite q.b.

- 1 cebola às rodelas
- 2 dentes de alho
- 1 folha de louro
- 1 fatia de fiambre
- 1 lata de tomate aos cubos
- 1/2 I de cerveja
- 1/2 I de vinho branco
- 1/2 I de água
- 1 cubo de caldo de carne MAGGI

sal q.b.

molho inglês q.b.

- 1 c. de sobremesa de amido de milho
- 1 /4 copo de leite
- 4 bifes do lombo
- 4 salsichas frescas
- 4 linguiças
- 8 fatias de pão de forma sem côdea
- 16 fatias de queijo
- 8 fatias de fiambre

PARA O MOLHO: 1 abacate

PARA A FRANCESINHA: 1 abacaxi

Informação nutricional

Energia	1972,1 kcal	99%*
Proteínas	133,9 g	268%*
Lípidos	135,0 g	193%*
Hidratos de Carbono	26,0 g	10%*
*DR - Doses de Referência para um adulto médio (édio (8400

kJ / 2000 kcal)

Preparação

1	No azeite saltear a cebola. Assim que tiver translúcida, acrescentar o alho.
2	Deixar refogar um bocadinho, acrescentar a folha de louro, o fiambre e o tomate

- 4 Temperar com o caldo Maggi, sal e molho inglês e deixar ferver, em lume brando, cerca de meia hora.
- 5 Retirar a folha de louro e passar pela varinha mágica até ficar muito fino.

Envolver bem e deitar a cerveja, o vinho e a água.

- 6 Dissolver o amido de milho no leite e acrescentar ao molho, mexendo e deixando cozer um bocadinho.
- 7 Aquecer o forno a 180°.
- 8 Entretanto grelhar os bifes, previamente temperados de sal e pimenta, as salsichas e as linguiças, partidas ao meio, longitudinalmente.
- 9 Num tabuleiro de forno, colocar 4 fatias de pão de forma, e por cima o bife, os enchidos e o fiambre. Tapar com outra fatia de pão de forma. Cobrir com 4 fatias de queijo. Repetir a operação até esgotar os ingredientes. Levar o tabuleiro ao forno até o queijo estar derretido.
- Tirar do forno, colocar cada francesinha num prato e deitar o molho, a ferver, por cima. A sua receita de francesinha está pronta!