

Ocasiões Especiais | Natal

Peito de peru assado com castanhas e batatinhas

160 min. | Médio | Económico | 6 doses

Ingredientes

1 peito de peru
1 cebola
6 batatinhas
200 g. de castanhas congeladas
2 dentes de alho
2 tomates
2 raminhos de alecrim
Água q.b
Azeite, sal e pimenta q.b.

Informação nutricional

Energia	293,9 kcal	15%*
Proteínas	36,6 g	73%*
Lípidos	7,5 g	11%*
Hidratos de Carbono	19,6 g	8%*

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

Preparação

1. Numa assadeira grande, comecem por colocar a cebola em rodelas, 2 dentes de alho, 2 tomates cortados em rodelas, um fio de azeite e cubram apenas o fundo da assadeira com água.
2. Coloquem o peito de peru, as batatinhas e as castanhas à volta, temperem com sal, pimenta e dois raminhos de alecrim.
3. Levem ao forno, pré aquecido a 180ºC e deixem cozinhar lentamente, cerca de 2horas. Vão regando o peru com o molho que se forma na assadeira. Quando o peru, as batatas e as castanhas estiverem tostados, cubram com papel de estanho e deixem finalizar a confeção.
4. Servir com hortícolas cozinhadas, por exemplo: espinafres salteados, brócolos, etc.