



Cozinhar



Receitas em vídeo Pratos Principais

## Cabrito Assado com Castanhas

Há pratos que nos transportam para momentos de convívio e celebração e o cabrito assado é, sem dúvida, um deles. Esta receita de cabrito assado no forno com castanhas alia a tradição do cabrito assado à doçura outonal das castanhas. Uma combinação perfeita para aquecer os dias mais frios e reunir à mesa família e amigos.

90 min.

Fácil

Moderado

6 doses

### Ingredientes

1,5 kg de cabrito limpo de peles e gorduras  
2 cubos de caldo de carne MAGGI  
50 ml de vinho tinto  
1 1/2 limão  
1 colher de sopa de pimentão doce  
4 raminhos de tomilho  
1 raminho de alecrim  
q.b sal  
q.b pimenta  
2 cebolas fatiadas  
4 dentes de alho picados  
1 folha de louro  
500 g de castanhas congeladas  
200 g de batatinha pequena para assar  
200 g de abóbora cortada em cubos

### Informação nutricional

Energia	312,5 kcal	16%*
Proteínas	50,8 g	102%*
Lípidos	1170,0 g	1671%*
Hidratos de Carbono	1,6 g	1%*

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

### Preparação

1 Numa taça misture 2 cubos de caldo de carne maggi com o vinho tinto, sumo de  $\frac{1}{2}$  limão, 2 dentes de alho picado o pimentão doce, tomilho e alecrim.

2 Coloque o cabrito numa taça grande e barre-o com esta mistura, regue com azeite e deixe marinar durante cerca de 8 horas.

- 3 Pré-aqueça o forno a 160 °C, na função ventilado. Leve o cabrito a assar no forno durante cerca de 90 minutos.
- 4 Entretanto numa taça junte a cebola fatiada, 2 dentes de alho picados, castanhas, batatinhas para assar a abóbora, regue com azeite e tempere com sal e pimenta.
- 5 Passado 40 minutos do cabrito estar no forno retire-o e coloque à sua volta os legumes.
- 6 Não se esqueça de regar o cabrito várias vezes com o molho que se for formando no tabuleiro e de mexer os legumes. Se for necessário para não deixar o molho secar demasiado, boriffe com água.
- 7 Sirva o cabrito com os legumes assados.