

Rolo de carne encapotado



Fiz um rolo de carne encapotado em massa folhada. Desde já peço desculpas de não dar quantidades certas porque eu faço tudo a “olho” e conforme a quantidade de carne moída que comprei.

Assim aqui vai uma excelente ideia para um jantar diferente.

Com esta quantidade de carne fiz dois rolos diferentes, um com “capota” e outro “descapotável”...

Ingredientes:

± 500gr carne de porco moída
1 Cebola média
2 Dentes de alho
1 Raminho de tomilho
Azeite e sal qb
Azeitonas recheadas a gosto
Cenoura e beterraba raladas, o suficiente para dar colorido á carne
1/2courgette pq
1 Ovo
Carne de peru (1 bife)



Numa tigela coloca a carne de porco e depois junta-lhe os restantes ingredientes previamente moídos na Bimby todos menos o bife de peru, alguns Seg. vel. 6 e depois junta-se o bife de peru mais uns Seg. vel. 5.

Está aqui o aspecto colorido.



Enrola-se em farinha e pão ralado e vai ao forno regado com vinho branco, azeite, água e um caldo de galinha.





O que sobrou de farinha e pão ralado juntei á restante carne que depois se encapota em massa folhada e vai ao forno lento



Coloquei o rolo num tabuleiro com papel de culinária no forno $\pm$ a 150° e vai se vendo até que a massa esteja lourinha e espeta-se com um palito (como nos bolos) para ver se a carne já esta cozida.



Sugestão de apresentação

Beterraba

Couve roxa marinada

Cenoura

Alface

Como podem ver um prato gostoso, colorido e saudável!



Bom Appetite

Receita da Couve roxa marinada

Sem quantidades ao gosto de cada um e de quantas pessoas vão comer.

Couve roxa finamente cortada
Azeite
Vinagre Balsâmico
Açúcar
Sal
Orégãos

Deixa-se marinar durante 4 horas no mínimo ou fica melhor se for de um dia para o outro.