

PERNA DE PERU À NAPOLITANA

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 6 PESSOAS

TEMPO DE PREPARAÇÃO: 2 HORAS E 20 MINUTOS

1 perna de peru com 1,5 kg
1 cebola picada
3 dentes de alho picados
80 ml de azeite
1 folha de louro
1 cubo de caldo de galinha

1 raminho de salsa atado por um fio
250 ml de polpa de tomate
250 ml de vinho branco
500g de esparguete
Água q.b.
150g de queijo mozarela ralado
Sal q.b.
Pimenta q.b.



PREPARAÇÃO

1. Num tacho, leve ao lume o azeite, a cebola, os alhos e a folha de louro. Mexa e deixe refogar ligeiramente sem deixar queimar.
2. Junte a perna de peru.
Tempere com sal e pimenta.
Junte o raminho de salsa, o cubo de caldo de galinha, a polpa de tomate, o vinho branco e cerca de 1 litro de água.
Tape e deixe cozinhar durante 1 hora e meia até a carne ficar tenrinha.
A meio da cozedura, vire a perna de peru e caso seja necessário acrescente mais água.
3. Depois da carne cozida, retire para um prato e deixe arrefecer.
Limpe a perna de peles e de ossos e desfie a carne.
4. No molho que ficou, junte o esparguete e mexa com um garfo para a massa não se colar.
Retire o raminho de salsa.
Mexa de vez em quando com um garfo para se certificar que a massa não está a colar e caso seja necessário acrescente água.
Deixe cozer o esparguete durante 8 minutos.
5. Quando o esparguete estiver quase cozido e o molho apurado, junte a carne e envolva tudo muito bem.
6. Coloque tudo num tabuleiro de ir ao forno.
Polvilhe com o queijo.
7. Leve ao forno pré-aquecido nos 220° até o queijo gratinar.
Depois do queijo tostadinho, está pronto a servir.

Custo: 4.50 € ; Custo por pessoa: 0.75 €

<http://www.saborintenso.com/f16/perna-peru-napolitana-9964/>

www.saborintenso.com