

# PERNA DE PERU TOSTADA NO FORNO

www.saborintenso.com

## INGREDIENTES PARA 6 PESSOAS

TEMPO DE PREPARAÇÃO: 1 HORA E 30 MINUTOS

1 perna de peru com 1,5 kg  
125g de chouriço de carne  
1 cubo de caldo de galinha  
1 raminho de hortelã  
1 raminho de alecrim  
50g de margarina  
3 dentes de alho picados  
Limão q.b.  
350g de arroz  
1 colher de sopa de margarina  
Rodelas de laranja  
Sal q.b.  
Pimenta q.b.

## PREPARAÇÃO

1. Numa panela com água suficiente para cobrir a perna de peru, tempere com sal e pimenta. Junte o raminho de hortelã, o raminho de alecrim, o chouriço, o cubo de caldo de galinha e a perna de peru. Deixe cozer durante 1 hora.
2. Passado 1 hora retire o chouriço para um prato e a perna de peru para um tabuleiro de ir ao forno.
3. Tempere a perna de peru de ambos os lados com alho e sumo de limão. Com a pele virada para cima, espalhe pedacinhos de margarina (50g).
4. Leve ao forno pré-aquecido nos 170° entre 15 a 20 minutos até a perna ficar tostadinha.
5. Entretanto, coe 1 litro de caldo. Numa outra panela, leve ao lume o caldo coado. Junte a colher de sopa de margarina e o arroz. Deixe cozer durante 18 minutos.
6. Depois do arroz sequinho, coloque-o num tabuleiro de ir ao forno. Alise e coloque por cima o chouriço cortado em rodelas.
7. Quando a perna de peru estiver tostada, retire-a. Leve o arroz ao forno durante 10 minutos, apenas para tostar o chouriço. Sirva o peru cortado em fatias, acompanhado do arroz, as rodelas de laranja e salada.

Custo: 6.50 € ; Custo por pessoa: 1.08 €

<http://www.saborintenso.com/f16/perna-peru-tostada-no-forno-13028/>

[www.saborintenso.com](http://www.saborintenso.com)