

CHANFANA DE BORREGO

INGREDIENTES PARA 4 PESSOAS

1200g de borrego cortado em pedaços não muito pequenos
60g de toucinho
3 dentes de alho
1 cebola cortada em rodellas meia lua
1 raminho de salsa atado com um fio
1 folha de louro
3 cravinhos
1 colher de chá de colorau
60 ml de azeite
1 colher de sopa de banha
750 ml de vinho tinto de qualidade da Bairrada
Sal q.b.
Pimenta q.b.



Tempo de preparação: 4 horas e 45 minutos
Custo: 11.00 € | Custo por pessoa: 2.75 €

Receita: Neuza Costa
Fotografia e Vídeo: Sandro Vilar
Produzido para www.SaborIntenso.com

Receita em vídeo: <http://www.saborintenso.com/f16/chanfana-borrego-16359/>

PREPARAÇÃO

1. Num almofariz, esmague os dentes de alho com um pouco de sal. Numa tigela, tempere o borrego com os alhos e o sal. Junte o colorau, os cravinhos e a folha de louro partida ao meio. Tempere com pimenta e envolva tudo. Junte a salsa, a cebola e o toucinho. Deixe tomar gosto durante 1 hora.
2. Passado 1 hora coloque tudo num tacho de barro. Junte a banha, o azeite e o vinho tinto.
3. Tape e leve ao forno pré-aquecido nos 160º e deixe cozinhar durante 3 horas e meia. Passado 3 horas e meia está pronto a servir. Acompanhe este prato com batata cozida e grelos cozidos.