

LOMBO DE **PORCO** COM FARINHEIRA

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 5 PESSOAS

1Kg de lombo de porco
1 farinha
4 dentes de alho
1 colher de chá de massa de pimentão
1 colher de sopa de margarina
3 folhas de louro
1 copo de vinho branco
1 copo de caldo de carne
Sal q.b.
Pimenta q.b.
1 colher de sopa de azeite

PREPARAÇÃO

Comece por tirar a pele à farinha e esmague-a com uma colher.
Com uma faca fure o lombo de modo a que caiba a farinha.
Recheie o lombo com a farinha.
Feche o lombo com palitos.
Coloque o lombo num tabuleiro.
Num almofariz coloque os alhos cortados e sal, esmague, junte a pimenta e a massa de pimentão, esmague mais um pouco. Junte metade do azeite e junte tudo.
Besunte o lombo com o tempero e junte-lhe as folhas de louro, o restante azeite, a margarina, o vinho branco e o caldo de carne.
Leve ao forno nos 180° durante 1h20m.
Depois de assado, corte o lombo às fatias finas.
Sirva com puré de batata e couves de bruxelas.



Custo: 7.40 € ; Custo por pessoa: 1.48 €

<http://www.saborintenso.com/f16/lombo-porco-farinheira-110/>

www.saborIntenso.com