

LOMBO DE PORCO NO FORNO COM ANANÁS E ESPECIARIAS

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 7 PESSOAS

1 lombo de porco com cerca de 1200g
1 ananás ou abacaxi fresco cortado em rodela
meia-lua sem a parte dura do meio
70g de manteiga
80 ml de Vinho do Porto
200 ml de vinho branco
Sumo de uma laranja
1 cubo ou uma embalagem de caldo natural de
galinha ou de carne
1 colher de chá de sementes de cominhos
1 estrela de anis
Sal q.b.
Mistura de 5 pimentas q.b.
Colorau q.b.



Tempo de preparação: 1 hora e 45 minutos
Custo: 8.50 € | Custo por pessoa: 1.21 €

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

Receita em vídeo: <http://www.saborintenso.com/f16/lombo-porco-no-forno-ananas-especiarias-33608/>

PREPARAÇÃO

1. Corte a carne em fatias finas sem separar do lombo.
Coloque a carne num tabuleiro de ir ao forno com a parte de baixo virada para cima.
2. Tempere a carne de ambos os lados com sal, a mistura das 5 pimentas, o colorau e as sementes de cominhos.
Entre cada fatia de carne, coloque uma rodela de ananás.
Coloque no tabuleiro a estrela de anis, o cubo de caldo, o vinho branco, o sumo de laranja, o Vinho do Porto e a manteiga cortada em pedaços.
3. Leve ao forno pré-aquecido nos 190º e deixe assar aproximadamente 1 hora e 30 minutos.
Depois da carne bem passada, retire.
Sirva acompanhado de arroz de açafraão, árabe ou de manteiga.
E está pronto a servir.
A equipa do SaborIntenso.com deseja-lhe um bom apetite!