

Perna de Peru Estufada com Tomate e Ervas

INGREDIENTES PARA 3 PESSOAS

600g de perna de peru, limpa de peles e de ossos cortada em cubos
3 colheres de sopa de azeite
1 cebola picada
4 dentes de alho picados
1 folha de louro cortada ao meio
3 raminhos de manjeriço fresco
2 raminhos de tomilho fresco
50g de bacon cortado em cubinhos
1 tomate maduro sem pele cortado em cubinhos
4 colheres de sopa de polpa de tomate
150 ml de vinho branco
½ litro de caldo de galinha
Sal q.b.
Pimenta q.b.



Tempo de preparação: 1 hora

Custo: 3.70 € | Custo por pessoa: 1.23 €

Receita: Neuza Costa

Fotografia e Video: Sandro Vilar

Receita em video: <http://www.saborintenso.com/f16/perna-peru-estufada-tomate-ervas-42745/>

PREPARAÇÃO

1. Tempere a carne com sal e pimenta. Envolve bem os temperos.
2. Num tacho leve ao lume o azeite, a cebola, os alhos e o bacon. Mexa e deixe aquecer muito bem.
3. Ao refogado, junte os raminhos de tomilho, os raminhos de manjeriço, o louro e o tomate cortado em cubinhos. Mexa e deixe refogar bem até que o tomate comece a desfazer-se.
4. Depois de tudo bem refogado, junte a carne. Mexa e deixe cozinhar um pouco até que a carne ganhe cor.
5. Por fim, junte a polpa de tomate, o vinho branco e o caldo de galinha. Mexa, tape e deixe cozinhar em lume médio durante 45 minutos. Depois da carne tenrinha e o molho apurado, está pronto a servir. Acompanhe este prato com puré de batata e legumes cozidos. A equipa do SaborIntenso.com deseja-lhe um bom apetite!