

Peru Gratinado com Batata Doce e Legumes

INGREDIENTES PARA 6 PESSOAS

600g de peito de peru cortado em cubinhos
700g de batata doce cortada em cubinhos
A parte branca de um alho francês cortada em rodela finas
300g de cogumelos frescos cortados em quartos
2 cenouras raladas
4 colheres de sopa de azeite
40g de amido de milho
½ cebola pequena picada
1 folha de louro cortada ao meio
Noz-moscada q.b.
Folhas de orégãos secas q.b.
800 ml de leite
100g de queijo mozarela ralado
Sal q.b.
Pimenta q.b.



Tempo de preparação: 1 hora

Receita: Neuza Costa

Fotografia e Video: Sandro Vilar

Produzido para www.SaborIntenso.com

Receita em video: <http://www.saborintenso.com/f16/peru-gratinado-batata-doce-legumes-43023/>

PREPARAÇÃO

1. Tempere a carne com sal e pimenta. Envolver bem o tempero com a carne.
 2. Numa panela com água a ferver, coloque sal e a batata doce. Tape e deixe cozer entre 5 a 8 minutos. Logo que a batata doce fique tenrinha, escorra-a.
 3. Dissolva o amido de milho com um pouco de leite.
 4. Numa panela leve ao lume a cebola com uma colher de sopa de azeite. Mexa e deixe refogar sem deixar alourar. Ao refogado, adicione o leite e deixe ferver. Quando levantar fervura, adicione o amido de milho ao leite e mexa energeticamente. Tempere com sal, pimenta e noz-moscada ralada. Caso o molho esteja muito espesso, adicione mais um pouco de leite. Retire e reserve.
 5. Num tacho grande leve ao lume o restante azeite e o alho francês. Mexa e deixe refogar até que amoleça. Ao refogado, misture a carne. Deixe fritar por igual até que ganhe cor.
 6. Junte o louro, os cogumelos, a cenoura e os orégãos. Misture muito bem. Tape e deixe cozinhar em lume forte durante 5 minutos. Passados os 5 minutos, misture a batata doce e metade do molho branco.
 7. Retire as folhas de louro e coloque num tabuleiro de ir ao forno. Alise com uma espátula e por cima, espalhe o restante molho. Por fim, polvilhe tudo com o queijo.
 8. Leve ao forno pré-aquecido nos 180°C e deixe gratinar aproximadamente 20 minutos. Logo que esteja lourinho, retire. E está pronto a servir.
- A equipa do SaborIntenso.com deseja-lhe um bom apetite!