

Carne de Vaca Guisada com Esparguete

INGREDIENTES PARA 4 PESSOAS

600g de carne de vaca para estufar cortada em cubos
320g de esparguete
Azeite
1 cebola picada
4 dentes de alho picados
1 folha de louro
200g de tomate pelado
6 colheres de sopa bem cheias de polpa de tomate
2 cenouras cortadas em cubinhos
250 ml de vinho branco
1 colher de chá de folhas de orégãos secas
Sal
Pimenta preta



Tempo de preparação: 1 hora e 20 minutos

Receita: Neuza Costa

Fotografia e Video: Sandro Vilar

Produzido para www.SaborIntenso.com

Receita em video: <https://www.saborintenso.com/f16/carne-vaca-guisada-esparguete-43111/>

PREPARAÇÃO

1. Num tacho largo, leve ao lume 3 colheres de sopa de azeite, a cebola, o alho e o louro. Mexa e deixe refogar um pouco.
2. Ao refogado, junte a carne. Tempere com sal e pimenta. Mexa e deixe fritar até que a carne ganhe cor.
3. Adicione o tomate pelado e a polpa de tomate. Mexa e deixe cozinhar durante 5 minutos.
4. Passado o tempo, junte o vinho branco e meio litro de água quente. Tape e deixe cozer em lume médio durante 40 minutos. Caso seja necessário, a meio do tempo, adicione água.
5. Passado o tempo, junte a cenoura e mais meio litro de água quente. Tape e deixe cozinhar durante 15 minutos.
6. Passados os 15 minutos e quando a carne estiver cozida, junte o esparguete e mexa muito bem com um garfo até que a massa amoleça. Caso seja necessário, acrescente mais um pouco de água quente. Deixe cozer aproximadamente 10 minutos até que a massa fique "al dente".
7. Por fim, apague o lume e polvilhe tudo com os orégãos secos.