

Estufado de borrego



Ingredientes: 1 quilogramas de mão de borrego
4 unidade de dentes de alho
4 unidade de hastes de alecrim
0 unidade de sal e pimenta
2 decilitro de vinho branco
1 decilitro de polpa de tomate
4 unidade de cenoura
50 grama de margarina
1 colher de sopa de farinha de milho

Instruções de preparação:

Cortar uma mão de borrego em nacos e massajar com azeite. Pisar 4 dentes de alho com sal e uma haste de alecrim e besuntar generosamente a carne. Deixe repousar por 1 hora. Leve ao lume o vinho, a margarina, a polpa de tomate e os temperos. Junte a carne, tape e deixe cozinhar em fervura branda por 45 minutos. Adicione as cenouras cortadas aos quadrados. Juntar alguma água, se necessário. No fim, adicione farinha de milho ou sopa de cebola para engrossar o caldo e aromatize com 4 hastes de alecrim.

Sugestões Adicionais: Servir com pão alentejano.