

Tamboril com açafraão e chouriço

VITACRESS™

*O melhor em folhas
jovens e inteiras™*

4 Pessoas
Fácil
Custo médio
50 Minutos

Ingredientes:

- 1 kg de Batata Primor VITACRESS
- 1 colher (sopa) de Salsa ou Coentros picados VITACRESS
- 1 kg de tamboril, limpo e em pedaços
- 12 rodellas de chouriço de carne
- 2 cebolas picadas
- 2 dentes de alho esmagados
- 1 folha de louro
- 1,5 dl de vinho branco
- 2 colher (sopa) de azeite
- 1 colher (chá) de açafraão
- 2 colher (sopa) de tempero líquido de peixe
- Sal e pimenta q.b.



Preparação:

Descasque as Batatas VITACRESS.

Num tacho ao lume com o azeite, deite a cebola e deixe-a cozinhar até estalar; junte-lhe o alho, as batatas, o louro, o vinho, o açafraão, o tempero líquido de peixe e 2 dl de água quente. Tempere de sal e pimenta, tape e deixe cozinhar em lume brando, durante 15 minutos.

Ao fim desse tempo, acrescente o tamboril, mexa, volte a tapar e deixe cozinhar mais 10 minutos.

Leve uma frigideira ao lume sem gordura, e frite as rodellas de chouriço até ficarem bem douradinhas. Escorra-as, junte-as ao preparado anterior e deixe cozinhar mais 3 minutos. Sirva polvilhado com Salsa ou Coentros picados VITACRESS.