

CARRÉ E COUSCOUS MARROQUINO DO D'AUTORE

INGREDIENTES

250 g carré de cordeiro
100 g de couscous marroquino
azeite
sal
pimenta-do-reino
80 g de de coalhada
5 g de alho
20 g de cenoura em cubinhos (brunoise)
20 g de abobrinha em cubinhos (brunoise)
20 g de ervilha
manjerição e hortelã
200 ml de caldo de legumes
60 ml de vinho branco
30 g de tomatinho cereja
salsinha
cebolinha

MODO DE PREPARO

Tempere o couscous em um recipiente com sal, azeite e pimenta-do-reino
Aqueça o caldo de legumes e coloque no pote em que está o couscous temperado
Vede o recipiente e aguarde cerca de 10 a 15 minutos
Após couscous cozido, coloque em uma frigideira, azeite, alho e na sequência cenoura e abobrinha
Após todos os itens na panela, coloque o vinho branco para extração de sabores
Na sequência adicione o couscous marroquino e finalize-o com tomatinho cereja, salsinha, cebolinha e a ervilha
Últimos ingredientes para serem acrescentados no final também, hortelã e manjerição para trazer todo frescor
Em outra frigideira simultaneamente coloque azeite e após bem aquecida adicionar os carrés para que fique no ponto em que deseja
Feito tudo isso, somente empratar da forma desejada e adicionar coalhada para degustar com o restante dos itens