

# LOMBO SUÍNO DELICIOSO AO AGRIDOCHE

## INGREDIENTES

1 kg de lombo suíno

200 g de margarina

4 colheres de azeite

1 cebola média

4 cabeças de alho

2 batatas médias

1/2 colher de sopa de pimenta calabresa

1/2 colher de sopa de alecrim

2 cheiros verdes

1/2 colher de sopa de sal

3 colheres de sopa de mel

3 fatias de abacaxi em caldas em pedaços de 1 cm

1/2 maçã em pedaços de 1 cm

6 ameixas sem caroço inteiras

suco de 2 laranjas peras

suco de 2 limões

## MODO DE PREPARO

### PREPARO DA CARNE:

Preparo da carne: 12 horas antes do preparo limpe o lombo, se for o caso.

Faça alguns furos profundos no lombo para penetrar o tempero.

Reserve.

### TEMPERO:

Tempero: Corte 3/4 da cebola, 3 cabeças de alho e 1 e 1/2 maços de cheiro-verde em pedaços bem pequenos.

Separe individualmente.

Em uma panela junte 100 g de margarina com 3 colheres de azeite e leve ao fogo baixo para que a margarina derreta.

Adicione a cebola e o alho cortados, 1/2 colher de sopa de sal e 1/2 colher de sopa de pimenta.

Quando a cebola estiver amaciada na margarina, adicione o cheiro verde cortado e 1/2 colher de sopa de alecrim.

Deixe cozinhar por mais 3 minutos.

#### MARINADA:

Marinada: No refratário seco, espalhe na base 50 g de margarina.

Corte as 2 batatas lavadas e com casca em pedaços transversais de 1 cm de espessura.

Coloque os pedaços de batata deitados na base do refratário sobre a margarina, deixando o centro do refratário para a carne.

Coloque a carne de cabeça para baixo no centro do refratário sobre a margarina.

Espalhe parte do molho feito sobre a parte de baixo da carne, vire e espalhe no lado de cima da carne (parte de cima da carne é a que possui gordura).

A sobra do molho não necessita ser colocada sobre as batatas.

Salgue a gosto as batatas.

Deixe a carne coberta com papel alumínio na geladeira por aproximadamente 10 horas.

#### MOLHO AGRIDOCCE:

Molho agridoce: Enquanto a carne estiver em preparo, faremos o molho agridoce.

Em uma panela pequena, junte 50 g de margarina, 1 colher de sopa de azeite, 1/4 de cebola picada, 1 cabeça de alho picada e 3 colheres de mel.

Leve ao fogo baixo por 5 minutos.

Adicione os sucos das laranjas e limões, as 6 ameixas e os pedaços de maçã.

Deixe no fogo por mais 5 minutos para encorpar o sabor e reserve.

#### NO FORNO:

No forno: Preaqueça o forno em fogo médio.

Coloque o refratário por 1 hora e 30 minutos coberto com o papel alumínio.

Retire o papel alumínio e adicione o molho agridoce.

Deixe por mais 1 hora no forno.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/30245-lombo-suino-delicioso-ao-agridoce.html>