

# COPA LOMBO ASSADO COM CUSCUZ NORDESTINO

## INGREDIENTES

1 peça de copa lombo de cerca de 1 kg e 1/2 (essa é uma parte do lombo mais molhadinha e por isso mais gordinha e saborosa)

1/2 cabeça de alho

1 cebola grande

1 laranja

2 copos de vinho branco seco

pimenta de bode (usei 3)

pimenta-do-reino a gosto

sal a gosto

400 g de flocão de milho

leite suficiente para hidratar o cuscuz

1 colher de manteiga

alguns ramos de alecrim

azeite a gosto

## MODO DE PREPARO

Comece fazendo a marinada. Na assadeira coloque um fio de azeite e forre com a cebola cortada em pétalas grossas (a juliene, no sentido do comprimento). Coloque a carne na assadeira. Amasse metade do alho com a pimenta se espalhe sobre a peça. Descasque a laranja e esprema o suco sobre a carne. Coloque as cascas nas laterais do copa lombo.

Despeje o vinho e dê mais uma massageada na carne para que ela seja envolvida por todos os temperos. Cubra com os ramos de alecrim e salpique pimenta-do-reino. Reserve em geladeira (a marinada sempre deve ficar em geladeira) por pelo menos uma hora. Quanto mais tempo, mais o tempero adentra nas fibras. Jamais ponha sal na marinada pois ele desidrata a carne.

Cubra com alumínio e leve ao forno médio preaquecido. Depois de uns 30 minutos, espere a carne com um garfo, se estiver bem macia, retire o alumínio e deixe dourar.

Se estiver dura, resistente ao garfo, deixe mais tempo. Na minha casa geralmente assa em uma hora. Mas isso varia de acordo com a potência do forno e tamanho da peça. Há quem aconselhe 1 hora por cada quilo de carne.

Para o cuscuz nordestino hidrate ele com o leite o suficiente para envolver todo o farelo, sem encharcar demais.

Depois pegue um escorredor de massa de metal ou uma peneira de metal, forre com um pano de prato bem limpo e novinho e despeje os flocos hidratados. Encaixe o escorredor ou peneira sobre uma panela cheia de água e leve ao fogo essa gambiarra para cozinhar o cuscuz no vapor. Claro que se você tiver uma cuscuzeira nada disso é necessário, use-a e seja feliz. Tempere o cuscuz com manteiga e sal.

Para acompanhar o lombo, além do cuscuz, sugiro um vinagrete de tomatinho com azeite e limão e tutu de feijão.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrapidas.com.br/receita/31748-copa-lombo-assado-com-cuscuz-nordestino.html>