

RECEITA:

Rabada com Polenta Branca e Agrião



Dificuldade
Média



Tempo de Preparo
1 hora



Rendimento
5 porções



INGREDIENTES

Polenta Branca:

- 100 g de polenta branca
- 250 ml de leite integral
- 30 g de manteiga
- 10 g de sal
- 50 g de parmesão ralado

Rabada:

- 1 kg de rabo de boi limpo e temperado com sal e pimenta
- **1 L de Tomate Triturado Pomarola**
- 1 cebola finamente picada
- 200 ml de vinho tinto seco

- 2 dentes de alho finamente picados
- 1 ramo de alecrim
- 1 ramo de tomilho
- 1 folha de louro
- 10 ml de azeite
- 20 g de sal



MODO DE PREPARO

- 1 - Misture a polenta branca com o leite.
- 2 - Leve ao fogo e sem parar de mexer deixe engrossar, até textura de mingau.
- 3 - Adicione então o sal, a manteiga e o parmesão ralado.
- 4 - Em uma panela, adicione o azeite e deixe esquentar.
- 5 - Então, doure a cebola, alho e adicione os pedaços de rabo.
- 6 - Doure a carne e vá adicionando vinho em etapas. Deixando secar, novamente dourar e novamente adicionar.
- 7 - Então coloque o Tomate Triturado e os demais temperos.
- 8 - Tampe a panela e deixe cozinhar por aproximadamente 2 horas, adicionando pouca água se necessário.
- 9 - Sirva esse prato com agrião.



sac@sac-cargill.com.br



cargillfoodservice.com.br