

# NACO DE VITELA COM BATATA-DOCE



Revista  
Fev. | Mar. 12

Fotos: Virgílio Rodrigues  
Chef: Fernando Fonseca



## INGREDIENTES

- 400 g de vazio de vitela
- 2 cebolotas brancas
- 400 g de batata-doce
- 1 chalota
- Casca de um limão
- 1 pacotinho de chá verde
- 2 colheres de sopa de azeite 0,4º
- 1 copo de vinho tinto
- 50 g de manteiga
- 1 dente de alho
- Flor de Sal e mistura Espiga 5 pimentas a gosto

## PREPARAÇÃO

Coloque as batatas-doces a assar em forno médio (140 °C), entre 25 a 40 minutos, dependendo do tamanho das batatas • Corte a vitela em 2 peças, e tempere com sal e a mistura das 5 pimentas • Corte as 2 cebolotas ao meio e coloque-as num tacho com um fio de azeite, a casca de limão, a saqueta de chá e ½ copo de água • Tempere com sal e leve a cozer lentamente, durante 20 minutos, em lume brando • Descasque as batatas, corte-as em cubos e reserve • Pique a chalota e refogue numa noz de manteiga e um fio de azeite • Adicione as batatas-doces e misture bem, mantendo quente • Salteie a carne lentamente em manteiga com o dente de alho esmagado, virando criteriosamente para que cozinhe por igual e obtenha uma cor homogênea • Emprate a batata-doce, envolva com as metades de cebola e termine com a carne cortada em três • Adicione o vinho à frigideira da carne e deixe ferver em lume forte até reduzir • Retifique o tempero e ligue com manteiga, de modo a ficar untuoso e homogêneo • Regue sobre o prato e sirva