

## Caçarola de puré de legumes e carne estufada

Prato quente de Inverno servido com um estufado de carne tradicional

### Para o puré de legumes

Para 4 pessoas Tempo de preparação: 20 minutos Tempo de cozedura: 30 minutos

- 1 kg de batatas
- 500 g de cenouras
- 500 g de cebolas
- ¼ litro de caldo de carne (ou um cubo de caldo de carne dissolvido em água)
- 1-2 colheres de sopa de manteiga ou margarina (adicione a gosto)
- ½ colher de chá de pimenta e sal (tempere a gosto)

- 1 Descasque as batatas, corte-as em quartos e lave-as.
- 2 Corte as extremidades das cenouras. Raspe-as com uma faca ou use um descascador de legumes. Corte as cenouras em pedaços pequenos (cerca de 2-3 cm).
- 3 Descasque as cebolas e corte-as aos pedaços.
- 4 Numa caçarola grande, junte as batatas, as cenouras e as cebolas ao caldo e, depois de levantar fervura, deixe cozinhar durante 20 minutos.
- 5 Deixe cozinhar até as batatas ficarem macias. Deite a água da cozedura numa tigela e guarde.
- 6 Com a ajuda de um passe-vite, reduza a puré as cenouras, batatas e cebolas e, em seguida, misture-as muito bem.
- 7 Junte a manteiga ou margarina batida, se quiser, e adicione também, se for necessário, leite ou água da cozedura até que o puré fique cremoso e consistente. Aqueça-o e tempere a gosto com sal e pimenta.



Caçarola de 2 litros



### Para o estufado

Serves 4 Tempo de preparação: 30 mins Tempo de cozedura: 3½ hours

- 500 g de carne para guisar ou 600-750 g de carne para estufar
- Sal e pimenta a gosto
- 2-6 colheres de sopa de manteiga (ou margarina)
- 200 ml de água
- 1 cubo de caldo de carne (para ¼ litro de caldo)
- 3 colheres de sopa de vinagre
- 1 cebola grande
- 3 folhas de louro
- 2 dentes de alho

- 1 Esfregue a carne com sal e pimenta. Descasque a cebola e corte-a.
- 2 Aqueça a manteiga num tacho ou caçarola grande.
- 3 Coloque uma parte da carne (tem de caber à vontade no recipiente) no tacho e leve ao lume, a uma temperatura alta, deixando cozinhar e alourar. Vire a carne para cozinhar e alourar do outro lado. Em seguida, coloque a carne numa travessa. Cozinhe o resto da carne da mesma forma (junte mais manteiga, se necessário) e, no fim coloque a carne na mesma travessa.
- 4 Cozinhe a cebola na gordura restante, deixando-a alourar. Junte-lhe água, cubo de caldo de carne, vinagre, folhas de louro e dentes de alho e deixe ferver.

- 5 Junte os pedaços de carne a este caldo e deixe ferver. Tape o tacho e deixe a carne cozinhar em lume baixo durante cerca de três horas.
- 6 Verifique, de vez em quando, se existe caldo de cozedura suficiente no tacho (pode adicionar água se os pedaços de carne à superfície começarem a ficar secos) e vire a carne a meio do tempo de cozedura.
- 7 Sirva com o puré de legumes.



Caçarola de 4 litros



OU Forno Holandês de 8 Litros