|  |
| --- |
|  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| 🞂 | Chef, o CURIOSO! |

 |  |

Bochecha de porco estufada, puré de batata doce, espargos grelhados e chips de castanha!

Ingredientes: 4 pessoas

* 4 unid. bochecha de porco
* 1 cebola
* 1 cenoura
* 1 alho francês
* 1 rama de aipo
* 2 dentes de alho
* 5 gr gengibre fresco
* 2 tomate chucha
* Q.B. tomilho

1kg batata doce laranja

8 espargos verdes

* 200ml azeite
* Q.b. sal grosso
* Q.b. pimenta
* 100 gr castanha descascada congelada
* Q.b. sal fino
* 100ml vinho tinto
* 100ml vinho porto

Preparação:

**BOCHECHA:**

Fazer um refogado em azeite com a cenoura, cebola, aipo, alho francês e tomate.

Deixar refogar bem e refrescar com vinho tinto e vinho do porto. Aromatizar com o tomilho.

Á parte, corar as bochechas temperadas com sal e pimenta num sauté (frigideira)

Colocar as bochechas a estufar.

**Puré de batata-doce:**

 - Descascar a batata-doce.

 - Laminar finamente.

 - Refogar a batata-doce em azeite e adicionar um pouco de água.

 - Deixar a batata-doce cozer bem, escorrer e triturar até obter um puré cremoso e homogéneo.

**CHIPS CASTANHA:**

 - Laminar finamente a castanha.

 - Fritar em óleo bem quente ate que fiquem douradas e crocantes.

 - Descascar os espargos verdes.

 - Temperar com sal e pimenta e levar a grelhar.

Finalização:

* Empratar a bochecha de porco sobre o puré de batata doce.
* Acompanhar com espargos verdes grelhados.
* Finalizar com as chips de castanha.