



Contra-filé de cordeiro com farfalle ao molho de alho poró, presunto de parma e petit pois

chef Ronaldo Afonso

Restaurante Chez Bastião
Rua Alagoas, 642,
Savassi. Tel: (31) 3261-5694



INGREDIENTES 2 porções

2 contra file de cordeiro com aproximadamente 150 gr cada
150 gr de farfalle
1/2 litro de creme de leite fresco
2 alho poró grandes
6 azeitonas pretas
100 gr de presunto de parma fatiado
3 colheres (sopa) de petit pois
1/2 xícara de tomate seco
2 colheres (sopa) de alcaparra dessalgada
1/2 colher (sopa) de orégano
1/2 colher (sopa) de manjeriço
2 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado
Sal e pimenta do reino a gosto
Azeite

Modo de preparo

Temperar os contra-filés com sal e pimenta e gosto e reserve.
Cozinhe a massa e reserve.

Para o molho, corte a parte branca do alho poró em rodela
bem finas e refogue-os em uma frigideira com uma colher de azeite.

Acrescente o creme de leite, o queijo parmesão e tempere a gosto.

Ferva por 7 minutos, deixe esfriar e bata em um liquidificador. Retorne
com o molho ao fogo brando, deixe reduzir um pouco e acrescente o
petit pois, o presunto de parma cortado em tiras bem finas. Junte a massa
a esse molho.

Em uma frigideira coloque 2 colheres de azeite, as azeitonas laminadas,
o orégano, as alcaparras e deixe no fogo somente para aquecer, tomando
cuidado para não deixar fritar. Em uma frigideira bem quente, regue com o
azeite e grelhe os contra-filés no máximo 4 minutos de cada lado.

Em um prato, disponha a massa já aquecida de um lado e o contra-file já
laminado do outro lado. Regue a carne com molho de alcaparras e sirva.

ALC Comunicação e Marketing

Rua Estácio de Sá, 10/24 - Gutierrez - Belo Horizonte/MG 30.430-010 Tel.: 31 3334.2533
falecom@programavivercomestilo.com.br

www.programavivercomestilo.com.br