

JANTAR DE GRÃO

de MARIA DO ROSÁRIO DOMINGOS E MARIA JOÃO CAMPOS

Receita

Ingredientes:

1/2 kg de carne de porco (pé, orelha, entrecosto)
1 l de grão demolhado
1/2 kg de batatas brancas
1/2 kg de abóbora ou 1/2 kg de batata-doce
1 cebola média
2 tomates
1 folha de louro
1 pimento verde
1 ramo de hortelã
Pão fatiado fino
Água q.b.



Preparação:

Numa panela coloca-se a carne juntamente com os grãos, cebola, tomates, pimento e a folha de louro. Deixe cozer cerca de 20 minutos. De seguida, junta-se as batatas e a abóbora e por fim acrescenta-se o ramo de hortelã.

Numa saladeira / travessa, coloca-se as fatias de pão e deita-se o caldo cozido por cima. Aguarda-se alguns minutos até que as sopas absorvam o cozinhado.

Bom apetite mediterrânico!