

Chanfana

Carne —    90 min  1 pessoa

chef.continente.pt/receitas/chanfana



Ingredientes

500g de cabra
5g de sal grosso
2g de pimentão-doce
2g de pimenta branca
1 cabeça de cravinho
½ l de vinho tinho escuro
400g de batata
100g de grelo de nabo

Confeção

1. Corta-se a cabra em pedaços médios, colocam-se numa caçoila de barro preto e temperam-se com o sal, pimentão-doce, pimenta branca e cravinho.
2. Rega-se com o vinho tinto de modo a deixar o tempero bem distribuído. Deixa-se descansar cerca de oito horas. Leva-se ao forno de lenha a 120°C, durante 8 horas.
3. Coloca-se uma panela com água suficiente ao lume e deixa-se levantar fervura, tempera-se com sal q.b. e coloca-se as batatas com pele dando-lhe meio corte.
4. Tem-se uma panela com água suficiente para encalir os grelos que previamente foram arranjados e lavados. Assim que levantar fervura, tempera-se com sal q.b. aguardando a sua cozedura.