



RABO DE BOI

INGREDIENTES

3kg (aprox.) de rabo de boi
Azeite
1 cebola grande
5 alhos
1 cenoura
2 talos de aipo
3 paus cravinho
Alecrim
2 tomates pelados
sal/pimenta
vinho tinto
porto
caldo frango

CHEF **RUI OLIVEIRA**
LOCAL **O ANTIGO CARTEIRO**
REGIÃO **PORTO**

VINHO **ESPORÃO VERDELHO 2015**
AZEITE **ESPORÃO DOP MOURA**

PREPARAÇÃO

Selar bem o rabo de boi. Acrescentar alhos, cebola, cenoura, aipo e tomate - deixar refogar bem. Colocar alecrim, temperar com sal, pimenta, vinho tinto e cálice de Porto e deixar reduzir, (até 1/3 do tacho). Adicionar caldo de frango até cobrir completamente a carne. Estufar durante 4 horas, em lume muito brando. Servir com arroz de legumes (feijão verde, favas, outro a seu gosto).

Bom apetite.

