

AEG



Lombo de Javali com cogumelos e **grãos ancestrais** by Chef Freddy Guerreiro

Tendências de Sabor





A função de vapor nos fornos AEG pode utilizar-se de várias formas. A baixa temperatura, a temperatura de ebulição (100°C) ou combinando ambas. Nesta receita utilizou-se a função Sous Vide para cozinhar o lombo de javali no forno SteamPro a baixa temperatura. O Javali é uma carne magra que tende a ficar seca se a cozinarmos demasiado. Com a cozedura a vácuo garantimos que o ponto de temperatura interna desejado está controlado, pelo que podemos dedicar mais tempo a outros detalhes da refeição. Neste prato, cada ingrediente requer uma atenção diferente, o que faz toda a diferença quando construímos camadas de sabor.

Lombo de Javali

Ingredientes

- Lombo de javali
- Salva qb
- 1 dente de alho
- Sal qb
- Azeite qb

Preparação

1. Limpar o lombo de fibras excessivas, temperar com sal e colocar num saco de vácuo ou zip lock com os restantes ingredientes.
2. Selar o saco na gaveta de vácuo AEG.
3. Selecionar a função Sous Vide a 60°C no forno SteamPro e cozinhar os ingredientes selados em vácuo durante 1h.
4. Retirar do forno e deixar arrefecer durante 10min à temperatura ambiente (colocar em água e gelo se for para reservar e cozinhar mais tarde).
5. Numa frigideira bem quente, marcar o lombo em todos os lados.



Sortido de Grãos

Ingredientes

- 50g espelta (demolhar durante a noite)
- 50g quinoa
- 50g trigo sarraceno
- 50g cogumelos shiitake desidratados
- 50g cogumelos eryngii
- 50g cogumelos enoki
- 50g cogumelos shimenji
- 50g cenoura
- 100g cebola
- 50g aipo
- Sal qb
- Azeite qb
- 1 litro de caldo de carne

Preparação

1. Cozer os grãos separadamente pois os tempos de cozedura são diferentes, assim como as quantidades de líquido para a cozedura.
2. Cozer a espelta 20min com 400g de caldo. Em separado, cozer a quinoa 15min em 300 g de caldo e o trigo sarraceno 15min em 300g caldo. Reservar o líquido das cozeduras.
3. Em outro tacho, saltear os cogumelos em azeite, temperar com sal a gosto. Retirar e reservar.
4. No mesmo tacho refogar a cebola, a cenoura e o aipo. Juntar os grãos e o líquido da cozedura, mexer e ferver até engrossar. O resultado final deve ter a consistência de um risoto.
5. Misturar os cogumelos.

Finalização

Servir o sortido de grãos com o lombo, acompanhar com cenouras baby salteadas. Decorar com rebentos de amaranto.



Forno SteamPro

Sous Vide e Sensor de Humidade Resultados profissionais em casa.

4 Níveis de vapor Sabor e textura únicos.

Sonda térmica Bem passado. Médio. Mal passado. Ao seu gosto.

Sabor a outro nível