

# Lombinhos de cordeiro ao molho de vinho e mini legumes sauté

## INGREDIENTES:

- 6 lombinhos de cordeiro sem gordura
- 1 folha de louro
- 1 dente de alho amassado
- 1 ramo de tomilho picado
- 300 ml de vinho tinto Malbec
- 150 ml de azeite
- 2 colheres de chá de alecrim fresco
- 2 colheres de chá de tomilho fresco
- Sal e pimenta do reino a gosto
- 100g de batatinhas bolinha sem casca
- 100g de mandioquinha
- 100g mini cenourinhas
- 100g de abobrinhas
- 100g de couve bruxelas

## PREPARO.

- 1 Prepare a marinada misturando o vinho tinto, o louro, o tomilho, o alecrim e o alho e **deixe a carne repousar por meia hora fora da geladeira.**
- 2 **Enquanto isso** descascar as batatinhas, a mandioquinha, as cenourinhas e as abobrinhas em seguida **torneá-las a moda antiga.**
- 3 Cozinhe os legumes separadamente em água com sal até ficarem cozidos **mas levemente al dente e esfriá-los em água com gelo.**
- 4 Retire a carne da marinada e **seque-a bem, tempere com sal e pimenta do reino.**
- 5 **Aqueça uma frigideira de ferro,** coloque um pouco de azeite e frite os lombinhos por aproximadamente 2 minutos de cada lado (ao ponto), reserve.
- 6 **Coe a marinada para dentro da mesma frigideira,** leve ao fogo e deixe reduzir até engrossar o molho, **se necessário acrescente um pouco de água** e verifique os temperos.
- 7 **Saltear os legumes na manteiga até dourar.**
- 8 **Corte os lombinhos em fatias de 2 cm e arrume numa travessa** com o molho e os legumes ao lado, enfeite com alecrim e tomilho por cima e voilá!

Um grande abraço, Ricardo Cunha 

[www.ricardocunhapc.com.br](http://www.ricardocunhapc.com.br)

[ricardo@ricardocunhapc.com.br](mailto:ricardo@ricardocunhapc.com.br)

Rua Arapiraca 315 Vila Madalena 11 . 38142960