

Número	48	Tema	Carnes	Data	25 de Junho de 2007
Assunto	MÃO DE VITELA COM GRÃO (Vila Real)				

Mão de vitela com grão (Vila Real)

Ingredientes:

- 1 mão de vitela com cerca de 1,250 Kg
- 2 cebolas médias
- 1 dl de azeite
- 100 g de salpicão
- 100 g de presunto
- 1 dl de vinho branco
- 1 malagueta
- 0,5 l de grão
- 2,5 dl de caldo da cozedura da mão de vitela
- sal

Modo de preparação:

Raspa-se a mão de vitela com uma gilete, para tirar todos os pelos, e coze-se muito bem em água temperada com sal. Faz-se um refogado com as cebolas cortadas às rodelas, o salpicão, a linguiça, a malagueta e o presunto cortado às tiras. Deixa-se alourar e adiciona-se o vinho. Junta-se o grão cozido ao refogado, a mão de vitela sem ossos e uma porção de caldo da cozedura da mesma. Deixa-se apurar em lume muito brando.