



Lentilha com lombo caramelizado



Rendimento
10 porções



Tempo de preparo
01:25

Ingredientes

Nome do Ingrediente	Medida Caseira	Peso/Volume
Lombo suíno (cortado em cubos médios)	3 xícaras (chá)	600 g
SABOR A MI® Toque de Louro	1 colher (chá)	5 g
Água	1,5 L	1,5 l
Lentilha (crua, demolhada)	3 xícaras (chá)	480 g
Bacon (picado)	1 xícara (chá)	100 g
Alho (picado)	3 dentes grandes	12 g
Cebola (picada)	Meia unidade pequena	50 g
Açúcar	3 colheres (sopa)	36 g
Azeite de Oliva Tipo Único TERRANO®	3 colheres (sopa)	45 ml
Molho Shoyu SATIS!® Profissional	3 colheres (sopa)	45 ml

Modo de Preparo

1. Em um bowl médio, coloque o lombo e tempere com o SABOR A MI®. Cubra com plástico filme e reserve na geladeira por 30 minutos.
2. Enquanto isso, em uma panela grande, coloque a água e leve ao fogo alto para aquecer e,

ao levantar fervura, junte a lentilha e deixe cozinhar por 30 minutos, ou até que os grãos fiquem macios. Retire do fogo, escorra a água e reserve.

3. Em uma panela grande, coloque o bacon e leve ao fogo alto para aquecer, frite-o em sua própria gordura por 5 minutos, ou até dourar. Junte o alho e a cebola, e frite por 3 minutos, ou até dourar. Acrescente a lentilha reservada e misture bem. Retire do fogo e reserve aquecido.

4. Em uma frigideira grande, coloque o açúcar e leve ao fogo alto para aquecer, mexendo ocasionalmente para não queimar, por 3 minutos, ou até o açúcar começar a derreter. Coloque o Azeite TERRANO® e o lombo reservado, e frite por 7 minutos, ou até a superfície ficar dourada e o interior cozido. Acrescente o SATIS!® e misture.

5. Retire do fogo e sirva o lombo caramelizado acompanhado da lentilha.