

Escalopinho de alcatra suína com molho de vinho branco e tomilho, com arroz de cenoura e ervilha

(Rende 4 porções)

Carne Suína
Brasileira

500 g de alcatra suína cortada em bifeinhos
Suco de 2 limões
1 colher (sopa) de mostarda escura
1 cebola pequena cortada em rodelas
1 dente de alho picado
5 colheres (sopa) de azeite
1 1/2 xícara (chá) de arroz
1/2 xícara (chá) de cenoura cortada em cubinhos
1/2 xícara (chá) de ervilha congelada
1 xícara (chá) de vinho branco seco
3 galhos de tomilho
Sal e pimenta-do-reino a gosto

Tempere a carne com sal, pimenta, suco de limão, mostarda e cebola. Deixe repousar por 20 minutos.

Enquanto isto, prepare o arroz: em uma panela, refogue o alho com 2 colheres do azeite até murchar. Acrescente o arroz e refogue por 1 minuto, mexendo. Adicione 3 xícaras de água e tempere com sal. Quando ferver, abaixe o fogo e junte a cenoura e a ervilha. Cozinhe com a panela semitampada, até que ele absorva a água e fique macio. Se precisar, acrescente um pouco mais de água. Reserve. Enxugue a carne com papel-toalha e reserve o tempero. Em uma frigideira, aqueça 1 colher (sopa) do azeite e frite os bifeinhos aos poucos, por 3 minutos de cada lado, ou até dourar. Vá acrescentando pouco azeite quando for necessário. Reserve os escalopinhos em um lugar aquecido.

Na mesma frigideira, junte o tempero reservado e o azeite restante. Refogue a cebola até murchar. Junte o vinho e o tomilho deixe evaporar o álcool por alguns segundos. Cozinhe por mais alguns minutos, raspando o fundo da frigideira com uma colher para formar um caldo mais escuro. Sirva os escalopes com o molho acompanhado do arroz.