

Lagarto Assado com Batatas Rústicas e Cenouras ao Toque de Gengibre

Ingredientes (para 2 pessoas):

500g de lagarto redondo
3 batatas médias
2 cenouras médias
1 cebola grande
2 tomates médios
1 pedaço de gengibre (aprox. 3 cm), ralado ou picado finamente
1 limão (sumo e raspas)
2 colheres de sopa de salsinha fresca picada
1 colher de sopa de banha de porco ou manteiga
Sal a gosto
Pimenta-do-reino moída na hora a gosto
1 colher de chá de páprica doce (opcional, dos temperos diversos)
1/2 xícara de água (ou caldo, se disponível)

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C (forno a gás ou elétrico).

Lave e seque bem o lagarto redondo. Tempere a carne por todos os lados com sal, pimenta-do-reino e a páprica doce (se usar).

Em uma panela que possa ir ao forno (ou uma panela comum e depois transfira para uma assadeira), aqueça a banha de porco ou manteiga em fogo alto. Doure o lagarto por todos os lados até formar uma crosta bonita. Retire a carne e reserve.

Na mesma panela, adicione a cebola cortada em rodela grossas e os tomates cortados em quartos. Refogue por alguns minutos até a cebola ficar translúcida.

Descasque as batatas e as cenouras e corte-as em pedaços rústicos (cubos grandes ou rodela grossas). Adicione-as à panela com a cebola e o tomate. Misture bem.

Adicione o gengibre ralado ou picado aos vegetais na panela. Volte o lagarto para a panela,

acomodando-o sobre os vegetais.

Regue tudo com o sumo de meio limão e adicione a água (ou caldo). Cubra a panela com papel alumínio (se for para o forno) ou com a tampa, se a panela for própria para forno.

Leve ao forno pré-aquecido e asse por aproximadamente 1 hora e 30 minutos a 2 horas, ou até a carne ficar macia e os vegetais cozidos. O tempo pode variar dependendo do forno e do ponto desejado da carne. Vire a carne na metade do tempo para dourar por igual. Para um dourado mais intenso no final, retire o papel alumínio nos últimos 15-20 minutos.

Retire do forno. Deixe a carne descansar por 10 minutos antes de fatiar para que os sucos se redistribuam.

Fatie o lagarto em rodelas e sirva com os vegetais assados. Finalize com a salsinha picada e as raspas da outra metade do limão.

Preparo

20-30 minutos

Cozimento

1 hora e 30 minutos a 2 horas

Serve

Serve 2 pessoas

Dieta

Sem nozes

Dica

Para um toque agridoce, adicione algumas fatias de maçã ou damasco seco aos vegetais nos últimos 30 minutos de cozimento. Se preferir, a costela suína também pode ser preparada de forma similar, ajustando o tempo de cozimento. Caso queira uma crosta mais crocante nas batatas e cenouras, transfira-as para a Airfryer por 10-15 minutos após o assado, enquanto a carne descansa.