

Tartines de rosbife com chutney de cebola

Tempo total **100 Mins.** 10 Mins. Tempo de preparação **60 Mins.** Tempo de confecção **30 Mins.** Tempo de arrefecimento

Informação nutricional (por porção)
1.945 kJ / 465 kcal

Gorduras totais: **18 g** Proteína: **30 g**
Hidratos de carbono: **44 g**

INGREDIENTES

2 Porções

200 g	de rosbife
20 ml	de óleo de colza
1 pitada	de sal
2 pitada	de pimenta preta
1 pitada	de gengibre em pó
1 pitada	de noz-moscada em pó
200 g	de cebola roxa
10 g	de açúcar mascavado
50 ml	de vinagre balsâmico
40 ml	<u>Kikkoman Molho para arroz - doce</u>
1 punhado	de tomilho fresco
0,5	malagueta fresca
120 g	de baguete
10 ml	de azeite
10 g	de folhas de mostarda

PREPARAÇÃO

Passo 1

200 g de rosbife - **10 ml** de óleo de colza - **1 pitada** de sal - **1 pitada** de pimenta preta - **1 pitada** de gengibre em pó - **1 pitada** de noz-moscada em pó
Seque o rosbife com papel de cozinha e barre-o bem com o óleo, o sal, a pimenta, o gengibre e a noz-moscada.

Passo 2

Sele a carne numa frigideira bem quente, de todos os lados, até ficar bem dourada. Passe para um forno pré-aquecido a 120 °C e asse até a temperatura interna atingir 52–54 °C. Depois de cozinhada, deixe a carne repousar pelo menos 15 min e corte-a em fatias muito finas.

Passo 3

200 g de cebola roxa - **10 ml** de óleo de colza - **10 g** de açúcar mascavado - **50 ml** de vinagre balsâmico - **40 ml** Kikkoman Molho para arroz - doce - **1 pitada** de pimenta preta - **1 punhado** de tomilho fresco - **0,5** malagueta fresca
Corte a cebola em tiras finas e refogue-a no óleo em lume médio. Depois de amolecer, junte o açúcar mascavado e deixe cozinhar até caramelizar ligeiramente. Adicione o vinagre balsâmico e o Molho Kikkoman Doce para Arroz. Retire as folhas do tomilho e junte-as com a pimenta e a malagueta bem picada. Deixe apurar em lume brando durante 20–25 min, mexendo com regularidade, até a cebola ficar macia, brilhante e com uma consistência espessa semelhante a compota.

Passo 4

120 g de baguete - **10 ml** de azeite

Corte a baguete em fatias na diagonal, pincele ligeiramente com o azeite e leve a um forno pré-aquecido a 190 °C durante 2–3 min, até ficarem douradas e estaladiças.

Passo 5

10 g de folhas de mostarda

Barre uma camada do chutney de cebola roxa do Passo 3 em cada tartine estaladiça. Cubra com o rosbife do Passo 2 e termine com as folhas de mostarda.