



Espetos de Lombo Apto celíacos

Ingredientes:

Espetos

4 unidades

Lombo

300 g

Cebola

1 unidade

Bacon

2 fatias grossas

Pimentão vermelho

½ unidade

Pimentão verde

½ unidade

Pimentão amarelo

½ unidade

Modo de Preparar:

Corte o lombo em cubos de 2 cm de lado. Corte o bacon, a cebola e os pimentões em quadrados de 2 cm aproximadamente. Monte os espetos intercalando os ingredientes. Coloque-os nos 4 compartimentos da base do BroCheff. Corte o excedente dos espetos. Tampe e cozinhe em potência máxima por 4 minutos.

