CONTRA FILÉ À PARMEGIANA

INGREDIENTES

1 kg de contra filé

1 pacote de queijo parmesão ralado

2 ovos

150 g de mussarela

4 tomates

300 g de extrato de tomate

5 folhinhas de manjericão

salsinha a gosto

cebolinha a gosto

1/2 cebola

2 dentes de alho

1 copo (americano) de farinha de trigo

1 copo (americano) de farinha de rosca

1/2 copo (americano) de farinha de milho (fubá)

2 colheres de azeite

500 ml de óleo

sal a gosto

pimenta-do-reino a gosto

MODO DE PREPARO

Tempere os bifes com sal, pimenta e alho; deixe descansar enquanto prepara o molho

Coloque o forno para aquecer em 280

Refogue a cebola e o alho

Acrescente o tomate,

Coloque as folhas de manjericão

Despeje o extrato de tomate; mexa tudo muito bem

Coloque 300 ml de água; deixe cozinhar cerca de 5 minutos em fogo alto

Frite os bifes em gordura

Depois de frito, coloque

Coloque sobre os bifes a mussarela, o parmesão e o molho

Leve ao forno preaquecido por 10 minutos

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/10042-contra-file-a-parmegiana.html