FILÉ MIGNON COM PURÊ DE MANDIOQUINHA, CEBOLA CARAMELIZADA NO SHOYU E PISTACHE

INGREDIENTES

1 kg de filé mignon cortado em postas (aproximadamente 180 g por pedaço)

800 g de mandioquinha

1 colher (sopa) de manteiga ou margarina com sal

100 ml de leite

8 dentes de alho

3 cebolas

100 g do filé mignon fatiado bem fino

200 ml de shoyu

200 g de pistache (torrado e salgado)

sal a gosto

pimenta a gosto

azeite a gosto

MODO DE PREPARO

Inicialmente tempere o filé mignon com o alho picado, sal, pimenta e azeite a gosto.

Reserve por 4 horas.

Triture o pistache e reserve.

Cozinhe a mandioquinha até ficar em ponto de amassar e retire da água.

Coloque em uma panela acrescentando a manteiga ou margarina, o leite, sal e pimenta a gosto.

Em fogo baixo, vai mexendo até o purê ficar bem homogêneo (dica: não deve deixar o purê salgado) - Reserve.

Em uma frigideira, coloque as cebolas cortadas, as 100 g de filé mignon temperado e o shoyu.

Refogue até a cebola e a carne ficarem bem cozidas.

Em uma panela funda, coloque as postas de filé mignon para selar e frite todos os lados.

A utilização da panela funda é para que o calor cozinhe o filé internamente.

Coloque uma camada alta do purê de mandioquinha.

Coloque o filé em cima do purê.

Acrescente o pistache triturado em cima do filé.

Coloque a cebola caramelizada em volta do purê, de forma que se misturem os sabores.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/14003-file-mignon-com-pure-de-mandioquinha-cebola-caramelizada-no-shoyu-e-pistache.html