

CONTRA FILÉ RECHEADO

INGREDIENTES

1 peça de contra filé
1/2 maço de coentro
1 linguiça calabresa
200 g de bacon
2 tomates italianos
1 pimentão verde
1 cebola média
1/2 colher (chá) de alho
1/2 colher (chá) de realçador de sabor
1/2 colher (sopa) de sal
1/2 colher (chá) de colorau
2 colheres (sopa) de molho de soja
2 sachê de tempero pronto para carne

MODO DE PREPARO

CARNE:

Carne:Abra a peça de contra filé no meio, sem cortar os lados. Abra no comprimento suficiente para poder ficar fácil de rechear.

Coloque em uma vasilha o sal, o realçador de sabor, o alho, o colorau e o molho de soja. Reserve.

Misture os sachês de tempero pronto para carne em meio copo de água e passe por dentro e por fora da carne.

RECHEIO:

Recheio:Corte o pimentão, a cebola, o coentro e os tomates em pedaços pequenos.

Retire a pele das linguiças.

Abra no meio e corte em meias rodinhas.

Corte o bacon em tiras não muito grandes.

Misture tudo em uma vasilha.

MONTAGEM:

Montagem:Coloque parte da mistura com o sal, realçador, alho, colorau e soja na carne.

Costure um lado.

Recheie com os ingredientes separados do recheio.

Costure o outro lado.

Coloque para cozinhar com um pouco de água.

Acrescente o resto do tempero.

Vire a carne e quando estiver macia, retire do cozimento.

Coloque em uma assadeira e leve ao forno até dourar dos dois lados.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/15156-contra-file-rechead.html>