

BIFE DE PERNIL A ROLÉ

INGREDIENTES

1 kg de pernil em bife
300 g de linguiça fina de frango
200 g de bacon em tiras
1 cabeça de alho
3 cebolas grandes cortadas em 4
2 tomates sem pele
200 g de molho barbecue
sal a gosto
1 limão
tempero verde
palitos de dente
óleo ou azeite

MODO DE PREPARO

Limpe e corte os bifos em tiras. Tempere com sal e limão e deixe por 30 minutos.

Faça os bifos a rolé: coloque o bife por cima do bacon fatiado e um pedaço de linguiça de frango de acordo com o tamanho do bife.

Em seguida, enrole e coloque de 2 a 3 palitos de dente para fixar o bife enrolado.

Coloque o alho batido em uma panela de pressão com um pouco de óleo ou azeite e reserve.

Antes de colocar os bifos a rolé na panela de pressão, frite-os em uma panela grande com um pouco de óleo para que eles fiquem dourados por fora. Assim que forem dourando, vá colocando os bifos de pouco em pouco na panela de pressão que está com alho e óleo para continuar a fritar.

Após chegarem ao ponto do seu gosto, junte as cebolas e os tomates e deixe cozinhar na pressão em fogo baixo por cerca de 30 minutos.

Retire a pressão da panela com cuidado, abra e veja se está a carne está bem cozida.

Coloque a carne com as cebolas e os tomates, retirando o excesso de água em um pirex de sua preferência.

Coloque por cima o molho barbecue e os temperos verdes, leve ao forno médio 200° por cerca de 15 minutos. Está pronto. Fica uma delícia.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/15412-bife-de-pernil-a-role.html>