

# COSTELA DE CORDEIRO GRELHADA COM NHOQUE DE BANANA DA TERRA

## INGREDIENTES

220 g de costela de cordeiro limpa

50 g de hortelã

800 g de banana-da-terra

100 ml de azeite extravirgem

1 dente de alho

1 tablete de caldo de legumes

10 g de queijo grana padano

1 ovo

30 g de farinha de trigo

sal a gosto

5 g de manteiga sem sal

## MODO DE PREPARO

### NHOQUE:

Nhoque:Coloque a banana com casca no forno para assar de 25 a 30 minutos a 180° C.

Depois, passe na peneira para obter uma pasta.

Adicione o ovo, a farinha e o queijo.

Misture até formar uma massa de modelar. Em seguida, enrole e corte em bolinhas.

### COSTELA:

Costela:Tempere a costela com sal.

Em uma frigideira preaquecida, regue com azeite e coloque a costela para selar.

Na mesma frigideira, adicione o alho, o caldo de legumes e as folhas de hortelã.

Espere reduzir até obter uma cremosidade e finalize adicionando a manteiga.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/17292-costela-de-cordeiro-grelhada-com-nhoque-de-banana-da-terra.html>