

# FILÉ MIGNON MICRO-ONDAS

## INGREDIENTES

- 1 e 1/2 kg de filé mignon
- 2 colheres de shoyu
- 2 colheres de catchup
- 2 colheres mostarda,
- 1 tablete de caldo de carne
- 1 sachê de tempero em pó sabor carne
- 1 colher de margarina
- 1/2 copo de água

## MODO DE PREPARO

Fure uma peça de 1 e 1/2 kg de filé com um garfo.

Esfregue todo tempero nele menos a água.

Coloque o filé num recipiente que possa ir ao micro-ondas e coloque o 1/2 copo de água no fundo.

Cubra com plástico filme (fure ele com um garfo) e leve ao micro-ondas por 25 minutos.

Depois deixe descansar por uns 5 minutos.

E é só servir com arroz branco e batata palha.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/17444-file-mignon-micro-ondas.html>