

LÍNGUA AO SUGO COM VAGEM E FAROFA DE MILHO

INGREDIENTES

1 peça de língua bovina
1 litro de água
2 folhas grandes de louro
suco de 02 limões
sal e pimenta-do-reino a gosto
3 colheres (sopa) de azeite de oliva
8 tomates italiano médios sem sementes
10 vagens
1 cebola grande
7 dentes de alho
2 colheres (sopa) de molho inglês
1 colher (café) de noz-moscada ralada
1 molho de salsinha
1 molho de cebolinha
1 farofa de milho

MODO DE PREPARO

Lave bem a peça de língua bovina com água corrente, retirando quaisquer impurezas presentes

Coloque

Após iniciar a fervura, reduza o fogo para médio por 40 minutos

Deixe esfriar e retire a pele que cobre a peça, corte

Coloque o azeite em uma panela e doure o alho picado, adicione a cebola picada refogando

Acrescente os tomates picados, sal, pimenta, noz

Ao levantar fervura, acrescente a língua fatiada deixando na pressão por mais 20 minutos em fogo médio

Após esse tempo, acrescente a vagem levando ao fogo baixo por 10 minutos

Logo após desligue o fogo, retire toda pressão e acrescente cebolinha e salsinha picadas

Sirva com farofa de milho

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/2505-lingua-ao-sugo-com-vagem-e-farofa-de-milho.html>