

SALADA DE MÚSCULO

INGREDIENTES

1 kg de músculo cortado em "medalhões"

5 dentes de alho picados (ou a gosto)

1 cubo de caldo de carne

2 cebolas

4 tomates

3 folhas de louro

vinagre balsâmico ou limão

sal e pimenta-do-reino a gosto

cheiro-verde a gosto

orégano

molho inglês ou shoyu (à sua preferência)

azeite

água

MODO DE PREPARO

Pique meia cebola do tamanho que preferir.

Numa panela de pressão, preencha o fundo com azeite e refogue a cebola picada e o alho.

Em seguida misture a carne e deixe-a selar.

Na sequência, coloque a água até passar 2 dedos acima da carne e coloque junto, as folhas de louro e o caldo de carne.

Tampe a panela e quando pegar pressão, conte 30 minutos, ou até que a carne fique bem amolecida.

Enquanto a carne está cozinhando, prepare a salada, cortando os tomates em cubos (vai de sua preferência usar tomates com ou sem as sementes).

Corte também a cebola em fatias finas e tempere tudo usando o restante dos ingredientes, porém deixe o molho inglês ou o shoyu para o final.

Quando a carne estiver bem cozida, separe-a do caldo e misture com os vegetais temperados.

Vá adicionando apenas duas ou três colheres do caldo da carne, colocando o molho shoyu ou molho inglês.

Termine polvilhando mais cheiro-verde para decorar.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/25704-salada-de-musculo.html>