

# FILÉ AO MOLHO E BRÓCOLIS

## INGREDIENTES

1 kg e 500 g de filé mignon picado em pedaços grandes

1 maço de brócolis ninja

4 tomates maduros

1 pimentão amarelo

1 vidro de champignon inteiro

alho

cebola

sal

pimenta-do-reino

## MODO DE PREPARO

Coloque um fio de azeite na panela, refogue o alho e a cebola até ficarem bem amarelinhos.

Coloque a carne e deixe refogar, até a água baixar e ficar escura no fundo da panela.

Acrescente o tomate picadinho (sem pele), o pimentão em pedacinhos e deixe refogar.

Corte o brócolis em pequenas flores e coloque na panela.

Quando o brócolis estiver macio, acerte o sal e a pimenta.

Se quiser, pode colocar 1/2 copo americano de vinho tinto.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/27919-file-ao-molho-e-brocolis.html>