

CARNE EM TIRAS COM LEGUMES

INGREDIENTES

2 colheres de azeite
500 g de alcatra ou patinho em tiras
1 pimentão vermelho ou amarelo em tiras
1 cenoura fatiada na diagonal
1 cebola fatiada
1 brócolis japonês em buques
sal e shoyu a gosto

MODO DE PREPARO

Aqueça uma frigideira grande e larga com o óleo em fogo alto.
Doure a carne, mas não deixe juntar muita água.
Depois de dourar retire a carne e reserve.
Na mesma frigideira coloque o pimentão, a cenoura e a cebola.
Refogue em fogo alto por 3 minutos ou até dourarem levemente.
Adicione o brócolis e refogue por mais 1 minuto.
Volte a carne ao fogo com os legumes e tempere com sal.
Tampe a panela e deixe cozinhar por aproximadamente 5 minutos.
Regue com shoyu e sirva.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/31661-carne-em-tiras-com-legumes.html>