

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>