

CARNE DE SOL COM MANDIOCA

INGREDIENTES

- 1 kg de carne sol/seca cortada em cubos pequenos (dessalgada e pré-cozida)
- 1 dente de alho cortado em 3 pedaços
- 2 tomates pequenos picados
- 1/2 cebola média fatiada
- Pimentões (vermelho, verde e amarelo) a gosto fatiados
- Sal, pimenta-do-reino e colorau
- 2 colheres de sopa de Azeite
- 2 punhados de salsinha
- 500 g de azeitonas pretas
- 1 kg de mandioca
- 2 xícaras de chá de água

MODO DE PREPARO

CARNE DE SOL:

Carne de sol: Ponha na panela de pressão 2 colheres de sopa de azeite, deixe esquentar, coloque os cubos de carne de sol pré-cozidos e frite.

Junte o alho, tomate, cebola, pimentões e refogue bem.

Coloque a pimenta-do-reino, sal e colorau.

Junte a água e deixe o molho apurar.

Depois de cozidas, retire a carne da panela.

Na mesma panela de pressão com o molho que sobrou (se quiser coloque mais água) coloque as mandiocas, salsinha e azeitonas e deixe a mandioca cozinhar.

Quando a mandioca estiver cozida em uma metade da travessa coloque as mandiocas e na outra metade a carne de sol e sirva.

Acompanhamentos: Arroz branco, farofa de banana e feijão fradinho.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/34325-carne-de-sol-com-mandioca.html>