

FILÉ MIGNON COM COGUMELOS E MUSSELINE DE MANDIOQUINHA

INGREDIENTES

2 cortes de filé mignon (pode ser o chateubriand, filé ou tournedor) de 3 centímetros de altura

2 mandioquinhas (ou batatas-baroa)

1 cebola pequena ralada

1 dente de alho amassado

50 g de queijo parmesão ralado

100 g de shimeji

100 g de shiitake

leite

shoyu

sal

pimenta-do-reino

manteiga

azeite

MODO DE PREPARO

Prepare os dois cortes de filé mignon e tempere com o dente de alho amassado, pimenta-do-reino moída, sal e um fio de azeite. Massageie toda a carne com o tempero e reserve.

Lave o shimeji e o shiitake frescos. Fatie o shiitake e desagregue os shimejis, reserve.

Cozinhe a mandioquinha (batata-baroa) até ficar mole, mas sem desmanchar e amasse. Em uma panela, frite a cebola ralada com uma colher da manteiga, acrescente a mandioquinha amassada e vá adicionando leite para obter uma mistura homogênea. Deixe cozinhar por alguns minutos, sempre mexendo. Acrescente o queijo ralado e passe a mistura em uma peneira (ou bata no mixer).

Em uma frigideira, coloque uma colher de manteiga e deixe aquecer bem. Coloque o filé e deixe grelhar bem de um lado até virar. Evite ficar mexendo na carne. Antes do filé chegar ao ponto desejado, deixe descansar por 10 minutos no forno a 180°C, enquanto prepara os cogumelos.

Com uma colher de manteiga na frigideira, frite os cogumelos. Acrescente shoyu e uma pitada de pimenta-do-reino.

Monte o prato com o musseline de mandioquinha, o filé e os cogumelos (por cima ou ao lado).

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/34673-file-mignon-com-cogumelos-e-musseline-de-mandioquinha.html>