

TENDER MINEIRO

INGREDIENTES

3 kg de tênder

2 copos tipo americano de vinho branco

1 pitada de noz-moscada

sal e pimenta-do-reino a gosto

óleo

cravos-da-índia

1 xícara de chá de suco de abacaxi

1/2 xícara de chá de açúcar mascavo

1/2 xícara de chá de molho de soja

MODO DE PREPARO

Limpe o tender e perfure em vários lugares.

Junte o vinho, suco de abacaxi, açúcar mascavo, molho de soja, sal, pimenta e misture bem.

Faça cortes e espete-o com cravo-da-índia.

Deixe descansar por 2 horas sempre virando o tênder.

Depois coloque na assadeira e regue com o molho que ele estava.

Regue também com óleo e cubra com papel alumínio.

Leve ao forno preaquecido para assar por 1 hora e de vez enquanto vire e regue com o molho da assadeira. Depois desse tempo retirar o papel alumínio e deixe dourar.

Retire e sirva com farofa.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/36885-tender-mineiro.html>