

VACA ATOLADA DE CAMINHONEIRO

INGREDIENTES

- 2 kg de costela de boi, de preferência magra
- 1 kg de mandioca
- 1 cebola grande
- 1 cabeça de alho
- 1 colher (de sopa) de sal rasa
- 1 xícara (de chá) de cheiro verde (cebolinha e salsinha)
- 1 xícara (de chá) de manjeriço (não pode faltar)
- 4 colheres (de sopa) de óleo

MODO DE PREPARO

CARNE:

Carne: Descasque todo o alho e esmague bem no pilão junto com sal.

Corte a costela e lave.

Frite a metade do alho com a metade do óleo.

Em uma panela de pressão de 4 litros e meio coloque a costela para fritar, com a carne para baixo, por 10 minutos.

Descasque e corte a cebola em cubos grandes.

Coloque o manjeriço em cima da carne e mexa.

Coloque a cebola por cima e tampe.

Abra após 20 minutos, caso não esteja desmanchando, pingue 150 ml de água e conte mais 15 minutos.

MANDIOCA:

Mandioca: Descasque e corte em cubos, lembrando de tirar o fio do meio da mandioca.

Em uma panela grande, de 7 a 10 litros frite a outra metade do alho com a outra metade do óleo.

Coloque a mandioca e cubra com água.

Coloque para cozinhar até desmanchar fazendo assim uma sopa.

Coloque a carne na panela de mandioca mexendo um pouco (esse é o segredo de uma boa vaca atolada, cozinhar os ingredientes separados e juntar no final).

Coloque o cheiro verde por cima e sirva.

Observe o sal da mandioca, caso precise coloque mais.

Caso queira adicione um pouco de colorau.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/37075-vaca-atolada-de-caminhoneiro.html>