

# BIFE DE PANELA DE PRESSÃO RECHEADO COM ABOBRINHA

## INGREDIENTES

4 bifes da carne de sua preferência (melhor coxão duro)  
1 abobrinha cortada em fatias no sentido do comprimento  
água fervente (aproximadamente 1 xícara e meia)  
1 cubo de caldo de carne ou picanha  
1 colher de óleo  
1 colher de amido de milho ou farinha de trigo  
1/2 cebola picada  
1 dente de alho picado  
palitos de dente

## MODO DE PREPARO

Coloque uma fatia de abobrinha em cada bife, enrole e separe.

Dissolva o caldo na água fervente e separe.

Em uma panela de pressão coloque o óleo, o alho e a cebola.

Em seguida coloque os bifes enrolados e presos no palito.

Vire os bifes até fritar dos dois lados, acrescente a água, tampe a panela e aguarde 20 minutos a partir do tempo de pressão.

Desligue o fogo e espere sair a pressão da panela.

Coe o caldo espere esfriar e acrescente o amido ou a farinha de trigo.

Leve ao fogo e não pare de mexer.

Quando engrossar e ficar um molho liso acrescente sobre o bife e sirva.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/37168-bife-de-panela-de-pressao-recheado-com-abobrinha.html>