VIRADO ECONÔMICO

INGREDIENTES

200 g de músculo picado (ou a carne que preferir)

1/2 cebola picada

1 xícara de arroz

repolho picado a gosto

couve picada a gosto

2 batatas em cubinhos

2 colheres (sopa) de massa de tomate

cheiro verde

farinha de mandioca para dar ponto

sal a gosto

óleo

1 colher de margarina

MODO DE PREPARO

Em uma panela de pressão coloque a carne picada, a metade da quantia que picou de cebola e um fio de óleo.

Doure a carne sem mexer muito para que ela não solte muita água.

Quando a carne estiver com aparência de frita coloque um copo e meio de água, sal a gosto e deixe cozinhar na pressão. Você vai notar que na hora que colocar a água na panela a mesma irá ficar marrom, como se você tivesse colocado caldo de carne.

Deixe cozinhar por mais ou menos 20 minutos.Isso vai depender da carne que usar, abra a panela e veja se está mole, a carne ainda tem que estar firme porem macia.

Coloque o arroz, a massa de tomate e a batata na carne e mexa.

Adicione 2 xícaras de água e deixe cozinhar na pressão por mais 5 minutos.

Em uma panela separada coloque uma colher de margarina e o restante da cebola.

Deixe a cebola dourar e depois coloque o repolho, o cheiro verde e a couve.

Refogue sem colocar água.

Quando já estiver bem refogado misture ao arroz já cozido e adicione farinha a gosto.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/37609-virado-economico.html