

CARNE COM CENOURA E COUVE NA PRESSÃO

INGREDIENTES

500 g de carne de patinho em bife

1 cebola média picada

3 dentes de alho picados

1/2 pimentão médio picado (pode ser verde ou vermelho)

300 g de couve cortada em tiras finas

2 cenouras pequenas cortadas em rodelas finas

1 tomate cortado em pedaços muito pequenos

5 colheres de óleo

coentro ou salsa (a gosto)

sal (a gosto)

1/2 xícara de água

pimenta-do-reino ou calabresa (a gosto)

MODO DE PREPARO

Corte a carne em pedaços muito pequenos e coloque sal e pimenta (a gosto).

Em uma panela de pressão coloque o óleo, o alho e a cebola e deixe por um minuto em fogo alto sem deixar dourar.

Assim que começar a dourar coloque a carne e deixe fritar bem pouco até o aspecto avermelhado desaparecer.

Coloque a cenoura, o tomate e o coentro ou salsa, misture bem com fogo alto, coloque a água. Deixe cozinhar por 10 minutos abra a panela de pressão e coloque a couve. Deixe cozinhar por vinte minutos, então desligue o fogo e deixe a pressão sair sozinha.

Uma dica é servir com arroz branco, feijão carioca e farinha de mandioca. Bom apetite!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/39630-carne-com-cenoura-e-couve-na-pressao.html>