

# ESCONDIDINHO DE CARNE-DE-SOL COM BANANA-DA-TERRA

## INGREDIENTES

- 1,3 litro de leite de vaca
- 1 pote de requeijão cremoso (creme de leite ou cream cheese) 250 g
- 1 colher (sopa) de manteiga/margarina
- 3 colheres (sopa) de amido de milho
- 3 colheres (sopa) de queijo ralado (parmesão ou minas curado)
- 3 colheres (sopa) de creme de cebola (e/ou creme de queijo)
- 3 a 4 bananas da terra em rodela finas grelhadas em azeite
- 800 g de carne de sol cozida e desfiada
- 150 g de queijo coalho (ou parmesão) ralado grosso
- Cebola, alho, pimenta, sal, alho poró, cheiro verde e canela a gosto

## MODO DE PREPARO

Refogue a carne de sol com um pouco de azeite ou óleo numa panela de pressão. Leve-a à pressão apenas com a água da carne (se preferir adicione um pouco de água). Após pegar pressão, abaixe o fogo e desligue-o em 5 minutos, deixando a panela sossegada até esvair toda pressão. Olhe a carne se está precisando de mais água, levando a panela de pressão ao fogo por mais uma vez. Repita a operação, mais 5 minutos de pressão, desligando o fogo, só abrindo quando esvair toda pressão.

Cozida a carne, é só desfiá-la (ou processá-la ligeiramente no multiprocessador), retornando à panela, refogando no próprio azeite do cozimento (caso não sobre muita água) com alho, cebola, pimenta, cheiro verde e alho poró. Reserve-a.

Corte as bananas em rodela finas e grelhe-as (ambos os lados) numa frigideira antiaderente com um fio de azeite. Reserve.

Bata no liquidificador os ingredientes do creme branco, leite, requeijão cremoso, amido de milho, creme de cebola, 3 colheres (sopa) generosas de queijo, uma pitada de canela e a manteiga. Leve ao fogo médio, sempre mexendo, até encorpar, virando um creme. Prove para ver se precisa de um pouco de sal. Desligue.

Num refratário untado com manteiga, coloque uma camada de creme branco (1/3 do creme), cobrindo-a com uma camada de banana da terra; por cima da camada de banana, disponha a carne-de-sol desfiada, polvilhando com parmesão (ou queijo coalho) ralado na hora.

Repita a operação anterior: segunda camada de creme branco (1/3), segunda (e última) camada de banana e segunda (e última) camada de carne-de-sol (polvilhada com queijo), sendo a última de creme branco (terceira camada de creme branco).

Cubra com queijo coalho e leve ao forno a 180°C por 15 minutos (ou até gratinar). Sirva com arroz, caso preferir.

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/40117-escondidinho-de-carne-de-sol-com-banana-da-terra.html>