

CUPIM DE PANELA DE PRESSÃO

INGREDIENTES

3 postas de cupim

1 cebola grande

3 dentes de alho

cominho e sal a gosto

3 colheres de extrato de tomate

1 cálice de vinho

1/2 litro de água

salsinha a gosto

azeite de oliva para marinhar, cozinar e grelhar

MODO DE PREPARO

Coloque salsinha picada, alho, azeite e sal a gosto, deixe o cupim marinando de um dia pro outro. Coloque numa panela de pressão o azeite, o alho e a cebola cortada.

Doure tudo e coloque as postas de cupim, deixe pegar a pressão por mais ou menos 20 minutos. Tire a pressão e verifique se a carne está cozida acrescente o cominho e acerte o sal.

Coloque no fogo pelo tempo que achar necessário.

Retire do fogo, pegue uma frigideira aqueça bastante, passe azeite e coloque as postas para grelhar de um lado e do outro.

Sirva com arroz temperado e uma salada de verduras.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrápidas.com.br/receita/40972-cupim-de-panela-de-pressao.html>