

# 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 marinar, cozinhar 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.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

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