

# LÍNGUA BOVINA AO MOLHO

## INGREDIENTES

2 Línguas de boi

2 Pimentões cortados em tiras

1 Cebola grande picada

3 tomates picados sem pele e sem sementes

1 colher de amido de milho (maisena) dissolvido em meio copo de água

3 alhos picados

1 caldo de carne diluído em 01 litro de água fervente

1 colher de chá de colorau

Manjericão a gosto

Salsa a gosto

Cogumelos picados (opcional)

Azeitonas Picadas (opcional)

4 folhas de louro

2 colheres de sopa de azeite de oliva

2 Limões

## MODO DE PREPARO

### PREPARO DE VÉSPERA:

Preparo de véspera: Se quiser pode ser feito no mesmo dia também.

Lave a língua com sumo de água com limão ou deixe-as de molho por 10 minutos numa mistura de vinagre com água e lave-as em água corrente.

Cozinhar as duas línguas inteiras com as 4 folhas de louro por aproximadamente 1 hora e 20 minutos ou quando estiver macia.

Limpar a língua, retirando a casca grossa que sairá facilmente com a mão e os excessos de gorduras.

Fatiar a língua em fatias grossas, 1 centímetro aproximadamente.

Temperar as fatias da língua a gosto (óleo, sal, vinagre, alho, orégano, salsa, etc).

Reserve-as na geladeira até o momento do preparo no dia seguinte.

### MODO DE PREPARO:

Modo de preparo: Em uma panela de pressão aqueça 2 colheres de sopa de azeite de oliva.

Refogue a cebola, acrescente o alho, sempre mexendo para não queimar.

Acrecente os tomates picados e refogue até virar um molho.

Adicione os pimentões e se preferir pode adicionar os cogumelos picados e as azeitonas picadas.

Mexa por mais uns 5 minutos para incorporar.

Adicione as fatias de línguas e refogue por mais uns 5 minutos, misturando bem.

Adicione a água com o caldo de carne, se precisar adicionar mais água, ate cobrir a língua aproximadamente 2 dedos.

Coloque a maisena dissolvida e o colorau.

Adicionar manjericão a gosto e prove o sal.

Feche a panela, assim que pegar pressão abaixe o fogo e deixe cozinhando por uns 10 minutos e desligar.

Colocar um pouco de salsinha (a gosto), mexer bem.

Sirva com arroz, feijão e salada.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidass.com.br/receita/41419-lingua-bovina-ao-molho.html>