

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.

Acrescente 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 manjeriço 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://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/41419-lingua-bovina-ao-molho.html>