

MOELA BAIANA

INGREDIENTES

- 1 kg de moela (Sadia)
- 1 cebola picada
- 1 pimentão picado
- 2 tomates picado
- 1/2 maço de coentro picado
- 1/2 maço de salsa picada
- 4 folhas de hortelã grosso picado
- 3 colheres de sopa de margarina
- 1 knorr de costela ou carne
- 1 pitada de sal
- 1 pitada de cominho
- 1 pitada de corante (colorau)
- 1 litro de água fervente
- 3 limões moles
- 1 colher de orégano
- 2 folhas de louro

MODO DE PREPARO

Descongele a moela e corte ao meio.

Coloque 1 litro de água no fogo alto, quando começar à ferver coloque a moela juntamente com os 3 limões e uma pitada de sal, espere 5 minutos para amolecer a moela.

Depois de fervida, retire do fogo, escorra a água e coloque mais 1 litro de água pra ferver novamente.

Escorra a moela outra vez e reserve.

Coloque na panela de pressão a cebola picada junto com a margarina e refogue, depois jogue a moela com uma pitadinha de sal.

Deixe esquentar um pouco, jogue o coentro, a salsa, a hortelã grosso, o tomate, o pimentão, o cominho, o corante, o orégano e as folhas de louro, misture bem.

Esquente dois copos de água e amoleça o knorr e jogue na panela de pressão.

Aguarde uns 20 minutos, tire a pressão, e veja se está molinha a moela, se sim (caso não deixe mais um pouco na pressão, mas cuidado para não queimar) desligue o fogo. Coloque em uma travessa e sirva ainda quente.

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/41441-moela-baiana.html>