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.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

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