

O SULTÃO GOSTOU

INGREDIENTES

6 beringelas
2 colheres de sopa de farinha de trigo
2 colheres de margarina (culinária)
1/3 de copo de leite integral
2 colheres cheias de queijo parmesão
sal e pimenta do reino a gosto
1/2 cebola picada
1/2 kg filé mignon cortado em pedaços
1/2 copo de polpa de tomate (aproximadamente 125 g)
óleo para fritura
sal, pimenta e orégano a gosto

MODO DE PREPARO

CREME DE BERINJELA:

Creme de Berinjela: Torrar as beringelas direto na boca do fogão, virando quando a casca começar a desmanchar (vire pelo cabo da berinjela para não se queimar).

Abra as beringelas com cuidado e retire o miolo colocando em refratário (não deixe que a casca se misture com o miolo).

Amasse bem o miolo que já está no refratário com um garfo.

Em uma panela derreta a margarina e misture a farinha de trigo até formar uma pasta parecida com mostarda.

Acrescente o miolo o sal e a pimenta continue mexendo até virar uma pasta.

Acrescente o leite aos poucos para afinar a massa.

Coloque o queijo ralado e mexa até que ele derreta.

Reserve.

CARNE:

Carne: Junte a cebola e o sal em uma panela de pressão e doure no óleo.

Adicione a carne (filé Mignon) e misture até a carne perder o tom de vermelho.

Adicione água até cobrir a carne.

Cozinhe cerca de 15 ou 20 minutos até que a carne fique mole.

Abra a panela (se ainda tiver água mexa até a água acabar) após tempere com a polpa de tomate o orégano, o sal

e a pimenta.

Misture bem e desligue o fogo.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/41594-o-sultao-gostou.html>