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)l.

Abra as berinjelas 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 queiro 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 agua 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