

ISCAS DE CONTRAFILÉ RÁPIDAS

INGREDIENTES

1/2 kg de contrafilé cortado em iscas (tirinhas pequenas)

1/2 xícara de salsinha picada

1/2 xícara de cebola picada

1 1/2 colher de azeite

sal a gosto

pimenta-do-reino a gosto (opcional)

alho esmagado a gosto

MODO DE PREPARO

Coloque em um recipiente a carne e tempere com o sal, alho e se preferir a pimenta.

Em uma panela aqueça o azeite.

Coloque a carne e deixe dourar bem, caso crie um pouco de água deixe secar.

Despeje a carne em uma tigela e polvilhe com a cebola e a salsinha picadas (cruas).

Sirva imediatamente, com arroz e salada verde.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/44797-iscas-de-contrafile-rapidas.html>