

# BIFE À MILANESA SEM FRITURA

## INGREDIENTES

6 bifés de carne bovina bem finos e macios  
6 colheres (de sopa) de farinha de rosca (farinha de pão)  
sal a gosto  
pimenta-do-reino a gosto  
1 colher (de chá) de páprica doce  
azeite de oliva

## MODO DE PREPARO

Unte os bifés com um pouco de azeite e reserve.

Num prato fundo, ou travessa, faça uma "farofinha" úmida com a farinha de rosca, o sal, a pimenta-do-reino, a páprica doce e azeite de oliva.

Passes os bifés reservados nessa farofa, apertando um pouco pra fixá-la bem nos bifés.

Unte com azeite uma frigideira antiaderente e aqueça.

Coloque nessa frigideira no máximo dois bifés por vez, virando-os de vez em quando até que dourem.

Sempre que for passar novos bifés, limpe a frigideira com papel toalha pra tirar a farinha que ficou da "fritura" anterior.

Sirva acompanhado de purê de batata.

Pode substituir os bifés de carne por bifés de peito de frango ou de peixe.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/45745-bife-a-milanesa-sem-fritura.html>