BIFE À MILANESA SEM FRITURA

INGREDIENTES

6 bifes 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 bifes 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.

Passe os bifes reservados nessa farofa, apertando um pouco pra fixá-la bem nos bifes.

Unte com azeite uma frigideira antiaderente e aqueça.

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

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

Sirva acompanhado de purê de batata.

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

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

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