PICANHA SUÍNA COM LEGUMES

INGREDIENTES

1 picanha suína

3 dentes de alho

1 limão

sal agosto

tempero baiano, pimenta-do-reino

3 colheres de oleo

4 xícaras (chá) de água

3 colheres de farinha de trigo

Legumes de sua preferência, batata, cenoura, brócolis, mandioquinha, tudo deve ser cozido separadamente

MODO DE PREPARO

Tempere a peça da picanha com alho, sal, tempero baiano.

Deixe durante umas 3 horas ou da noite para o dia.

Na panela de pressão frite do lado da gordura, dourou frite o outro lado.

Coloque a água e deixe cozinhar.

Pegou pressão deixe 30 minutos e desligue o fogo.

Tire da panela e corte em fatias.

Voltando para panela, colocar a farinha de trigo dissolvida no próprio molho da panela de pressão, mexa até formar um molho expresso, não muito grosso.

Jogue em cima da picanha e os legumes em volta para dar um colorido.

Sirva com arroz branco e salada.

Bom apetite!!!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/47002-picanha-suina-com-legumes.html